শিদহীদাক

(হৈরা অমদি মনা মশিংগী লাইয়েং)

তেলেম যোগেন্দ্রজিৎ



তেলেম যোগেন্দ্রজিৎ

ফোংজবা :-

তেলেম ইবেমনুংশি দেবী
কৈশামথোং হোদাম লৈরক।

লাইরিক ফংফম :-

তেলেম চিতরঞ্জন
কৈশামথোং হোদাম লৈরক।

মমল - লুপা ১৯৫ (লাইব্রেরী এডিসন)

ফোংবা, ২০০৮
কোপী- ১০০০

ৱাহৌদোক

শিদ হীদাক হায়বা ৱাহৈ অসি কমদৌনা থোকখিবনো হায়বসি নৈনরগা লাইরিক অসি পাবদা পুক্লিংগী চিংনবা কয়ামুক কোক্তুনা পারুবগী মহৈ য়ানগনি। শিদবা হীদাক-অমৃত ইংরেজদা = Nectar মদু চারুরগা হকচাংগী মচী ওইবা শরুক মখৈ ফগৎলগা অসি অনা ঙাক্তুনা হিংদুনা লৈগদববু শিদ হীদাক কৌই। আয়ুর্বেবদ শাস্ত্রদা মসিবু রসায়ণ কৌই। রস পুম্নমক্কী তুংনফম হায়বনি। শিদহীদাক শিজিন্নরগা পুনশি শাংদোকহল্লি। নিংশিংনবা শক্তি হেনগৎলি। অনাবা কোকস, লৌনগনবা লায়না ঙাকথোকই। মসিগী মথক্তা হীদাকশিং অসিদা হু য়াওদবা মরমনা চারুরগা হকচাংদা করিমত্তা মহু লৈহৌদে। ফগৎপদ মথংগনি। তৌইগুম্বসুং শোয়দনা শিরগদবা মীদা পিজরুরগা হিংগৎলক্কনি হায়না আশা তৌবদি য়াদে। হকচাংগী জীবনি শক্তি য়োক্তুনা থম্মী হায়বতনি। নুমিৎ খুদিংগী হকচাং অসিদ শিথরকপা রস অদুবু অমুক য়োকখৎলি হায়দুনা হায়রুবতনি।

মহৌশা কৌবী লাইরেম্বীনা মচাশিংবু অনা অয়েক পুম্নমক কোক্লবগীদমক্তা মফম খুদিংমক্তা অসিগুম্বা শিদহীদাকশিং অসি হৌহন্দুনা থম্মী। তৌইগুম্বসুং ঐখোইনা মশক খংলুদবদগী শিদহীদাকশিং অসিবু শিজিন্নদনা অরেম্বদা মাংদুনা তোকই। মীরৈবাক মচানা হীদাকশিং অসিগী মকুপ (powder) মহী (decoction) অমসুং য়ু (spirit) ওম্থোক্তুনা ফজ ফজরবা লেবেল নপলগা ঐখোইদা য়োনদুন শেল তাল্লি। করিমুক হায়গনি। পেরুক, এনশিল, নুংশিহিদাক, হংগাম মরুনা মশক খংহন্দনা ঐখোইদা শেল কয়া লৌখ্রবনি। নোংমাংখা, হৈগ্রু: তুলসী মনানা শেম্বা হিদাক কয়া ফার্ম্মাসি কয়াদা হুজিক ফাওবা য়োল্লিবশিং অসি মীরৈবাক্তগী থারকপা মরমনা অপুম্বা নমথিবা ঙাক্তনি হায়বদা হায়মনবা থোক্লোই। নয়ুমদা, ইংখোলদা তগৎ তগৎ তেনা হৌরিবা শিদহীদাকশিং অদু মশক মুন্না খংলগা শিজিন্নরবদি মতিক চপচানা হকচাং ফগৎপা ঙমগদবনি। জর্ম্মন, আমেরিকা ইউরোপতা "Herbal cure"

হায়না মমিং থোন্দুনা শিদহীদাকশিং অসিতনা লাইয়েংনখরে। ঐনা লাইরিক অসি ইগে খঙ্বা কুইরবনি। ঐগী মরুপ অমনা হীদাক্কী ক্যাটলোগ অমদগী "ব্রাহ্মীভুতি" কৌবা হীদাক অমা চেপ্লী হাংদোক্লুনা য়েংলুবদা পেরুক অকংবা তোলা ৩ খক য়াওরম্মী। তোলা অহুম অদুগী মমলদি লুপা ৩।।০ রোম হেন্না তাখি। মদু উরুবদগী লাইরিক অসিনা ইরগা মফম মরাং খংদনা মীরৈবাক্তা শেল চংখিবা অসি থিংনবা উপায় ওইবদা নত্তনা লাইরবা অনংবা অনাবা কয়াগী অন্নাবা কোকপা য়াই খন্দুনা লাইরিক অসি ইজখি।

লাইরিক অসি লেংবদা শ্রী ১০৮ যুক্ত স্বামী শিবানন্দ সরস্বতীগী Home Remadies, আরোগ্য জীবন Health and long life নচিংবা শ্রীস্বামী একনাথকী Dictionary of Indian and foreign Medicine শ্রীনগেন্দ্রনাথ সেনগুপ্তগী Indian Indigenous Drug শ্রীশশিচন্দ্র দাসগুপ্তগী Home and village Doctor নচিংবা লাইরিক্তংগী য়ামনা য়াওরি। মরু ওইনা কবিরাজ শ্রীবীরেন্দ্রনাথ রায়, এম, এস, সিগী আয়ুর্বেবদ উপদেশতগী অমসুং হীদাক্কী মণ্ডাল লেংলম্বা শ্রী এল, বী শর্ম্মদগী অমসুং ডাক্তর চন্দ্র চক্রবতী এম, ডি, পি, এইচ ডিগী Reliable Home Remedy, অমসং ডাক্তর দে সিংহগী Practical of Nature Cure দগী কান্ন কান্নবা মণিপুরদ ফংগনবা মখৈ খুগংলগা লাইরিক অসি লেংজখিবনি। মরম অসিনা পুকচেল চাওরবা ডাক্তর অমসুং কবিরাজশিং অসিদগী পুন্সি চুপ্পা লম্মন তোনজরবনি। খংদবা, চিংনবা অমসুং অরানবা থেংনবিদুনা লেখকতা খংহনবিরক্লবদি য়াম্না নুংঙাইজগনি। ইতি -

ইম্ফাল

দ্বি ন্যাচর কিওর হোম।

তাং ১।৫।৫৩ ইং।

লাইরিক লেংবা

শিদহীদাক্কী হীরম লামায়

তুলসী

সংস্কৃত = হিন্দী—বারান্দু—তুলসী : বম্বে তামি মহারাঠী ঃ

বাংলা মনিপুরী লোল খুদিংমক্তা তুলসী হায়রগা অদুম খংনৈ। ইংরেজী লোন্দা Ocinum Sanctun (Holy-Basil)

হিন্দু খুদিংমক্কা পাম্বী অসিবু য়ুম খুদিংমক্তা থারগা পুজা তৌনৈ। মচুম থকপা মনা শিজিন্নরগা পাপ পুন্নমক মাংই হায়না থাজনৈ। মশাগী মালা শারগা ঙকশমদা শিনৈ। করিগুম্বা অচাপোৎ অমত্তং ঈশ্বরদা কৎপদা তুলসী মনা হাপ্তুনা কৎনৈ। মসিগী য়াম্না থুপ্পা মরম অমা লৈরম্বা য়াই। তৌইগুম্বসুং লাইরিক মচা অসিদা নৈনগদৌবিবা অসিদি মরম অদুগী নত্তে। হীদাক ওইনা করি কান্নবগে হায়বা মরমদনি।

তুলসী মখল অনি—শুই কৃষ্ণ তুলসী (তুলসী অমুবী) অমসুং শিব তুলসী (তুলসী অঙৌবী) মথক্কী মখল অনী অসি নত্তনা রাম তুলসী কৌবা খোংজাই নাপী মানবা মখল অমসু লৈ। মদুমক্তি কনাগুম্বগী মত্তা তুলসীগী মনুং চন্নদে। তুলসী অঙৌবীদগী অমুক হেন্না গুণ লৈ। তুলসীনা হকচাংগী মৈ কলহল্লি। অরুম লাইহৌ ফহল্লি লোক নুংশিংকী লাইনা ফহল্লি তৌইগুম্বসুং পিত্ত হেনগৎহল্লী।

লণ্ডনগী "ইম্পিরিয়েল বিসার্চ্চ সেন্টব' দা অফাওবা ডাক্তব অনিখক্লা তুলসী মনাগী মহী অদু analyse (রাসয়নিক পৃথক্করণ) তৌদুনা য়েংবদা মখল মখা অয়াম্বা লাইনা কয়ামুক্কী মহিক মাংহনবা ঙম্বা থাউ মখল অমা য়াওরি হায়না লেপখি।

ভারতবর্ষদদি তুলসী অসি থাইনদগী হৌনা আয়ুর্ব্বেবদা শাস্ত্রদা তুলসীবু য়াম্না মগুণ থাগৎতুনা শিজিন্নরকই। ভাব প্রকাশ কৌবা লাইয়েং

লাইরিক্তা চরপবী (অখাব)কড়বী (অয়াকপা) অগ্নিপ্রদিপক (চাব ভুমনবা মৈ কলহনবা) থম্মোয়গী লায়না পুন্নমক্তা কফ অমসুং বাতন শাক্লি হায়না য়াম্না থাগৎলি। অঙাংগী লোক অয়াম্বা তুলসী মনানা খ্বাইদগী হেন্না ফৈ।

তুলসী মনা মপাম্বী পুন্নমক হীদাক ওইনা শিজিন্নবা য়াই। তৌইগুম্বসুং মনাগী মহীনা খ্বাইদগী হেন্না ফৈ।

১। তুলসী মনা অকংবগী মকুপ নাতোন্দা চিংশিল্লগা মনুংদা লৈব তিল মখৈ শিহল্লি।

২। তীল কাং অমসুং খোইনচিংবা মহু পানবা জীবনা চিকপদা তুলসী মনা শুগাইরগা থোন্বা হু কাদে।

৩। লীলনা চিকপদা চিকফমদা ময়া শৎলগা তুলসী মনা শুগাইরগা থোন্বা অমসুং মনাগী মহী চামচ ২ খক পিথকপা কান্নগনি।

৪। লোক লাইহৌদা তুলসী মনাগী মহি চামচ ৩ খোইহী চামচ অমা পুং ৪।৪ কান্ননা ৩ লক পিথকপা য়াম্না কান্নৈ।

৫। তুলসী মনাগী মহী চামচ ৩ শীং মহী চামচ মখাই অমা গোলমবিচ মরু ৩ তকখাইরগা পিথকপদা লাইহৌ পুন্নমক ফৈ।

৬। মরু ওইনা মেলেরিয়া (অরুমদা) তুলসী মনাগী হিদাক অসি মথক্কী চাং অসি নোংমদা পুং ৪ কান্ননা পিথক্লগা অরুম য়াম্না থুনা ফবা ঙম্মী। অরুম অপুম্বা ওইরবদি চরা হেল্লগা পুক্কী থিরিন অসি এনেমানা তেংথেক্কদবনি। অমসুং চরা হেল্লিঙৈ মনুংদা তুলসী মনাগী হিদাক অসি শিজিন্নগদবনি।

৭। থাং তেন্না শোকতুনা ঈ থোকপদা তুলসী মনা শুগাইরগা মহী শুমজিনবা অমসুং থোমজিনবা ঈ খক্কনি। অমসুং খক লাইজৌরোই।

৮। তুলসী মরু তকখাইরগা লৌবা থাওদি (গনোরিয়া) নাই তাবা লাইনা ফহাল্লি।

৯। মিৎ নাবদা তুলসী মনাগী মহি মিত্তা ড্রোপ ২।৩ তাহল্লবদি মিৎ নাবা ফৈ।

১০। তুলসী মনা মহীনা তংখাই অমা চম্প্রা মহীনা তংখাই অমা ওইহল্লগা উনশাগী লায়না পুম্নমক্তা তৈবদা ফহনবা ঙম্মী।

১১। তুলসী থাও অহিংবদা ঙৌবগী মহীনা নাকোংদা হাপচল্লগা নাকোং মনুংদা চিকপা, লাইখুল থুংবা, নাই তাবা পুম্নমক ফহনবা ঙম্মী।

১২। তুলসী মনা শাইদুনা চারগা শংগোম থকলবদি ফম্বী ফৈ।

১৩। লোক শিৎপদা ঈ যাওবদু তুলসী মনাগী মহি চামচ ৩ খোইহি চামচ অমা যাল্লগা নোংমদা ৩ লক থকপদা ঈ য়ালবা লেপ্পি।

১৪। লোক কংখু খুবদা শংগোম+চিনি+ ঈশিং লোল্লগা চা মনা থকপগুম তুলসী মনা থাকতুনা অয়ুক খুদিং অমসুং তুমলমদাইদা পৌরা মখাই অমমম থকলবদি হাবা কাংখু কযামক ফহনবা ঙম্মী।

১৫। লাইনা খুদিংমক্তা হীদাক তৌফম খংলকত্রবা মতমদা তুলসী মনা শুবগী মহি চামচ ৩ খোইহি চামচ অম গোলমরিচ মরু ৩ যান্নবগা পিথকপদা কান্নগনি।

মফম --মখলগী খুদিংদা।

মপালশংপ নোংজুথা অমসুং নিংথমথা

শিজন্নগদবা পঞ্চাঙ্গ—মনা মরু, মকু, মরা।

মাত্রা (চাং)—অফুৎপা মহী তোলা ২ দগী ৫ মহী ১.২

অমসুং মনাগী মকুপ ১-২ —তোলা মরুগী অমসুং মকুপ।

পেরুক

INDIAN PENNY WORD

Hydrocotylo asiatica

সংস্কৃত—ব্রাহ্মী; বাংলা—থুলকুরী—হিন্দী ব্রাহ্মী মণ্ডুকী।

পেরুক মশা পুম্নমক হীদাক ওইনা শিজিন্নবা য়াই। জিবনীশক্তি চাওখৎহনবা তীং হাপ্পা, ঈশিং পৌহনবা, হকচাং তেকখৎহনবা, লোক, ঈশিং রীনচিংবা ফহনবা হিদাকনি। নুমিৎ খুদিংগী শিজিন্নবদা বুদ্ধি মেধা ফহনবা ঙম্বা হিদাক মখল অমনি। লাইথুং অমুবা অমসুং অহোরাই থুংবদা শিজিন্নরগা অনাবা ফহনবা ঙম্মী। শারৈ, লমপ্রাই ঈপাইখরালবীনচিংবা শিংলিগী লাইনাশিংদা পেরুক শিজিন্নরগা ফগৎপা ঙম্মী। অঙাংগী লায়না অয়াম্বদা অমসুং ঈশিং মরী ফত্তবা খোংহাম্বা য়াদবনচিংবা লায়নাদা শিজিন্নবা কান্নগনি। অহিংদা সপ্নদোষ তৌবনচীংবা গোনোরিয়া, সিফিলিসনচিংবা ধাতুগী লায়না অয়াম্বদা শিজন্নবা কান্নে। মণিপুরদা য়াম্না হোংনা ফংলবসু মীরৈবাক্তদি য়াম্না তাংনা ফংবা হীদাকনি। মাত্রা=পেরুক মহীনা তোলা ২ ফাউবা মাত্রা ওইনা শিজিন্নবা য়াই। অদুগা মকুপনা গ্রেন ৫ দগী ১০ ফাউবা।

পেরুক্তা য়াওবা—রেসিন (Resin) চিনি, গন্ধক, টেনিন, (Volaline priciple)

হিদাক শেম্বগী নিয়ম অতেকপগী মহী লৌবদি মনা মখোক অমসুং মরা য়াওনা শুরগা ফংবা মহী। অদুগা মকুপ ওইনা লৌগে হায়রগা উরুমদা কংহল্লগা শেমগদবা নুমিত্তা নুংশাদা ফৌদোক্লুনা কংহনবা অমসুং শুরগা ফী অপাবা অমদা নিকথোকলগা মখুম পানবা লিক্লি ১দা হাপতুনা থম্বা।

১। পেরুক খুবাম অমা পুং ৪ রোম ঈশিংদা তিংথোক্লগা বদাম মরু ৩ তালমিশ্রি তোলা অমা পুল্লপনা নুংদা তকখাইরগা শঙ্গোম পৌৱা অমদা হাপতুনা অয়ুক অমুক অমসুং নুংদাংৱাইরম অমুক থকলবদি শারৈ, লমপ্রাই, কোকঙাওবা, ঈশিং মরী ফত্তবা হকচাং ঈচোক চোকথবা পুক মনুংদা চাফৎপা অমসুং পোম্ব তংবদা ফরবা হীদাকনি। মরু ওইনা বুদ্ধি ফত্তবা মীগী থোপ ফৈ। ঈশৈ শকপা অমসুং ৱারী লিবনচিংবা মীনা থকলগা খোঞ্জেল ফৈ। মথক্তা তাকলিবা হীদাক অসিনা পুক্তা লৈরমবা তীল মখৈসু মপান্দা তান্থোকই ফীরাক ফহল্লি।

২। মনা অকংবগী মকুপনা মলম শাবা য়াই। শঙ্গোম মাখোল তোৎশিল্লগা নত্রগা ঘীদা শোক তৌদুনা থোংলগা মলম অসিনা খুহিং, লাইথুং, অপাৎ অমসুং টাক্কিগী চাফাৎপা তৈবা কান্নগনি। নত্রগা অকংবা মকুপ অদুনা মচুম তাবা অপাৎ অনোমদা চাইশনবা হীদাক (Dusting Powder) ওইনা শিজিন্নবা য়াই।

৩। এনশিন মহীনা চামচ ৩ পেরুক মহীনা চামচ ৩ খোহি চামচ অমা য়াল্লগা থকপদা পুক কংখৎ কংখত্তুনা মাংবা চাবা তুমদবদা শিজন্নবা য়াম্না কান্নরবা হীদাক্নি। অঙাংদা ওইববদি অহলগী তংখাই শিজন্নগদবনি।

৪। পেরুক মহী তোলা ২।।০ ঈশিং পৌৱা অমদা মিনিট ২০ লোল্লগা চুমথোকউ। তোলা ২।।০ দগী তোলা ৫ ফাউবা পিথকউ। হীদাক অসিনা খোংহাম্বা, ঈতোল ফাইবা, ফীরাক ফত্তবা, নুপীগী ফীঙৌ চৎপা, গোনোরিয়া, ধাতুগী লায়না অয়াম্বা কোক্কনি। লাইথুং থুংবা মীদা পিথক্লবদি চাবা তুম্বা হেনগৎলক্কনি। অমসুং অপাৎপদু থোৎপা হেনগৎলক্কনি।

মথক্তা তাকখিবা হীদাকশিং অসি নত্তনা "ব্রাহ্মীকল্প" কৌবা নুমিৎ ৩১ নি শিজিন্নগদবা হীদাক অমগা লৈরি। পেরুকনা হকচাংগী ঈ শেংদবা অমসুং শারৈ, লাইথুং, থাগী খোংচৎ কাইবা শিংলি ফত্তবদগী পোকপা লায়নাশিং অমসুং লোক, পুকথিনবা ঈশিং মরী ফত্তবা অমসুং অঙাও অফৈ বুদ্ধি চোইবা মফম খংদনা হেক হেক ব্রান্থগনবনচিংবা লায়নাশিংদা শিজিন্নগদবনি।

'বাহ্মীকল্প' শিজিন্নগে হায়বা মী অদুদি অহানবদা থিরিন অসি তেংথোক্কদবনি। ঈশিং লুম্বুশাবা সের অমরোমদা খোহি নত্রগা চম্প্রামহী খরা য়াল্লগা এনেমা নত্রগা ডুস তৌদুনা তেংথোক্কনি নত্রগা সোনামুখী ⅛ তোলা শীং ⅛ তোলা কিসমিস তোলা অমা ঈশিং পৌরা অমদা হাপ্তুনা মিনিট ২০ মুক ফুৎলগা চুমথোক্লগা থক্কনি। থংনবা নুমিৎত্তা পেরুক অতেকপা তোলা ।।০ (মখাই) অমা নিংথিজনা তকখাইবগা চাগদবনি। তোলা ।।০ অদুনা শকক অনি থোকলগা অয়ুক্তা তোলা ⅛ চাগনি।চাবা মতুং পুং ৩গী তুংদা যামদ্রবদা শঙ্গোম সের ½ অমদগী তাদনা ইশানা হজম তৌবা ঙমগদবা চাং য়েংদুনা শঙ্গোম অশেংবা থক্কদবনি। শঙ্গোম ঙৌবা মতমদা পেরুক মনা ৬ খক শঙ্গোমদা ফুৎমিন্নগদবনি। কবিগুম্বা শঙ্গোম ফাউবা নিংথিনা তুম্বা ঙমদবা মীদদি হামেং মখোম শিজিন্নবা যাগনি। নুমিৎ ৩ নত্রগা ৪ নি শুবা নুমিত্তা শঙ্গোম অদু থকপদা তুম্বা ঙমদ্রবদি শিং অকংবা নত্রগা পিপুল (উচিথি) মকুপ খরা য়ানশনবা য়াগনি।

কল্প অসি শিজিন্নরিঙৈদা চাক, হৱাইনচিংবা মরু মরাং অমত্তা শিজিন্নবা য়াদে। শঙ্গোম নত্তনা করিমত্তা থকপা য়াদে। ইন্দ্রিয় সংযম তৌগদবনি। ঈশ্বরদা য়াম্না প্রার্থনা তৌগদবনি। অমসুং উপ্না খক হিপলোইদবনি। নুমিৎ ৪৫ নি শুনা কল্প অসি শিজিন্নগে হায়রবদি —

১নব নুমন্তা মাষা ৩ (১/৪ তোলা) অয়ুক অমুক নুমিদাংৱাই অমুক।

২শুবা নুমিৎ —,, ৪

(৩+৪+৫+৬) শুবা নুমিৎ—মাষা ৫

৭ শুবা নুমিৎ ,, ,,

(৮+৯+১০+১১+১২+১৩+১৪) শুবা নুমিৎ—৯

১৫ দগী ২১ নি শুবা নুমিৎ ফাওবা—মাষা ২৩

(২২+২৩+২৪+২৫+২৬+২৭)

(২৮ নি শুবা নুমিৎ —মাষ ৩০)

(২৯+৩০) ৩১ নি শুবা নুঃ—মাষা ৩৩

নুমিৎ ৩২ নি শুবদগী অমুক মাষা অনি তাথরকপনা হান্নগী মাষা ৩ চাব অদুদা হনজল্লক্কদবনি। নুমিৎ ৪৫ নি হেক শুবা নুমিৎ অদুদাদি অয়ুক্তা মাষা ৩ নুংদাংৱাইবম মাষা ৩ চাবা ইহান হান্না হৌখিবা নুমিৎ ২দুদা হনজল্লক্কদর্বনি কল্প অসি মপুং হেক ফাব মতুংদগীদি অহানবদা হৈ মহী থক্কনি। মথংদ চানা অহিংবা। অদুদগী চেং অরিবনচিংবা থুনা তুমগদবা চিঞ্জাক য়েংদুনা চাখৎলক্কনি। কল্প অসি শিজিন্নরিঙৈ মতমদা অমসুং লাইয়েংলিঙৈদা তিলহৌ থাও, মোরোক, মঙ্গৈনচিংবা অশিনবা পোৎ চাবা য়াদে। য়েংগদবা—করিগুম্বা খোং হাম্বা য়ৈখৎকনবা মী ওইরবদি ঈশিং লুম্বু শাবা সেরমুক্লা ইতত্তনা পুক তেংথোক্কদবনি।

হৈখাগোক

GENUS AEGLE CORR

সং—হিন্দী–বাং–বিল্ব, শ্রীফল, শিবদ্রুম, বেল ইংলিশ–Stone Apple

শংমুন্নবা হৈ হাজমশক্তি হেনগৎহল্লি। পুক্কী লায়না অয়াম্বা ফহল্লি। অমুনবনা মাংথোকহল্লি। মনানা–লোক লাইহৌ মাংবা য়ৈখৎপা, হুম্মাংঙানবনচিংবদা ফহল্লি। ঈশিং পুকচৎ ফহল্লি। হুম্মাং শৌদোকহল্লি। বীর্য্যবর্দ্ধক (ফম্বী ফহল্লি) অমসুং কামদমন তৌবদা কান্নে। ভিটামিন এ অমসুং সি মরাংকাইনা যাওবি।

১। হৈখাগোক শংমুন্নববা অমা লৈপাকনা (লৈখোমন) য়োমশল্লগা মৈদা লৌরগা তংখাই অমা চিনি অঙৌবা চামচ ২ ঈশিং আউন্স ৮ (পৌব্রা ১)দা যান্নদুনা থক্লগা খোংহাম্বা, ঈতোন ফাইবা, অঙাংগী মশা শাগৎতুনা নাবদা যাম্না কান্নে।

চাং তোলা ২ নোংমদা ২–৩ লক।

২। হৈখাগোক ১গী মতোংগা—শঙ্গোম ছানামহি নত্রগা তক্র চিনি খরা গোলমবিচ মরু খরা তকখাইবগা থুম খরগা যাল্লগা নোংমদা ৩ লক থক্লবদি পুক নাবা ঈতোন ফাইবা ফৈ।

৩। ফীরাক্কী লায়না খুদিংমক্তা অমসুং চাবা তুমদবদা হৈখাগোক মনা শুবগী মহি চামচ ৩, খোইহি চামচ অমা গোলমরিচ মরু ৩ য়ান্নরগা থকপা–হীদাক অসিনা লোক অমসুং হকচাং শাগৎপা মিত্তা নাপু কাবনচিংবদা য়াম্না কান্নে।

৪। নুমিৎ খুদিংগী মনা অনৌবা খরা শাইদুনা চারগা শঙ্গোম থকপা ঈশিং পুকচৎপা ফৈ।

৫। মিত্তা নাপুকাব, ঈশিংদা নাপুমানবা চৎপা, কুচু নাপুমচু মানবা ("কামলা রোগ" jundice) তা হৈখাগোক মনা শুবগী মহি চামচ ৩ খোইহি চামচ অমা নোংমগী ৩ লক থকপা কান্নগনি।

৬। হৈখাগোক মতোং তোল্লা ৫ ঈশিং পৌব্রা অমদা য়াম্না মুন্না মহি তংখাই অমা ফাউবা কংশন্না ফুৎলগা মিশ্রি নত্রগা চিনি খরা নত্রগা খোইহি চামচ মচা ২ য়ানদুনা পিথকলগা ইতোন ফাইবা ঈ য়াউবা, তোলহাও অমসুং মরেক মহাও ঙাক্তা মাংবনচিংবা লায়না ফহল্লি।

য়াওবা—হৈখাগোক্তা টেনিন য়াওই। গম অমসুং মনা মশিংগী ওইবা এসিড (অশিনবা) অমসুং চিনিগী শরুক খরা য়াওরি। ভিটামিন এ অমসুং সি মরাং কাইনা য়াওরি। হিন্দু লম্বোইবা শিংনা ম্নাহিদাক য়াওরি হায়না থাজনৈ।

৭। চিফেৎ চিফেৎ মাংবা ঈপাই থিফাইদা—হৈখাগোক মতোংগী হিদাক নং ২ শুবগিদা শিং অকংবা মকুপ খরা য়ানদুনা থকলবদি—য়াম্না থুনা ফগৎহল্লি।

তিংথৌ

CYDON DACTYDEN

সংস্কৃত লোন্দা দূববা কৌই। মরাবু হিদাক ওইনা শিজন্নৈ। হিন্দুশিংগী ..... পুজা কৎপদা তোইনা শিজন্নৈ। য়াম্না হোংলবা হিদাকশিংগী মনুংদা তিংথৌদি অথোইবা শিদহিদাক অমনি।

১। ঈ ওবা অমসুং ঈ হাথবদা তিংথৌ মহী চামচ ৩ খোইহী চামচ অমা য়াল্লগা লেক্কুনা চাব নত্রগা থকপা য়াম্না থুনা ঈ খকই।

২। থাং তেন্না শোকপদা ঈ থোক্লবদি—শুগাইরগা মহী শুমজনবা অমসুং শুগাইবদু থোমলগা ঈ খকই।

৩। তিংথৌ মহীগা শঙ্গোমগা য়ান্নরগা থকপা নুংশং ঈ তাবা ফৈ।

৪। খোং হাম্বদা ঈশিং থিংখ্রগা তিংথৌ শুম্বগী মহী পিথকলগা ঈশিং পৌরকই।

৫। তিংথৌ মরা ফুৎপগী মহী নোংমদা পৌৰা ৩ খক থকলগা টাক্কীগী হু চম্মী।

৬। লোকশিৎপদা ঈ য়াওরবদি তিংথৌ শুম্বগী মহী চামচ ৩ খোইহী চামচ অমগা য়ান্নবা ৩।৪ রক নোংমগী থকপদা য়াম্না থুনা ফৈ।

৭। নাতোন নাহী তাবদা তিংথৌ মহী নাতোন্দা চিংশল্লগা ঈ থুনা খকই।

৮। ঈশিং চৎপদা ঈ য়াওরবদি শঙ্গোমনা শরুক অমা ঈশিংনা শরুক ৩ তিংথৌ মরা ⅛ থোকপগী অমা ফুৎলগা থকপদা লেপ্পী।

৯। নুপীগী খোংচৎ হেন্না লাকপদা তিংথৌ মহী+খোইহী নং ৬ কী চাং য়েংগদবা :- মথক্কী হিদাক অসিদা চন্নবদা নত্তনা মমৈদা পঞ্চমরা রসায়নদা তিংথৌগী য়াম্না কান্নরবা হীদাক অমা য়াওরকখিগনি।

১০। মিৎ নাবদা ঈ কাদুনা মিৎশাং য়াম্না থাংদুনা নাবদা তিংথৌ মহী হাপলগা ফগনি।

এনশীল

OXALIS LINN

সংস্কৃত—চক্রিকা বাং—আমরুল—হিং—অম্বিলী।

এনশীলগী মগুণ অমুক থোইনা হেন্না শিংথারুদুনা ৱা শাংখিদুনা তোক্কনি। শিল্লি হাযদুনা এমগিশিল কৌই। শিনবদি শিল্ল গাএল ফৈ হায়দুনা মীতৈ মাইবনা এনশীল কৌই। এসিড ওক্সলেড (Acid oxalate of potassium) গী শরুক য়াওই।

কান্নবা– চাবা তুমদবা, পুকথিনবা নুংশং পেরে, থুনথোকপা নুংশং খোং চিফেৎ চিফেৎ হাম্বনচিংবা লায়নাদা শিজিন্নবা কান্নে।

শিজন্নগদবা মনা অমসুং মরানা নমনা শিজন্নগনি।

১। শগোল হীদাক চাদুনা করিগুম্বা কোক ঙাওরবদি, এনশীল শুবগী মহী সবের্বাদ (সববুৎ) চিনি খোইহি য়ানদুনা পিথকলগা ফৈ।

২। নুংশিৎ কাবা অমসুং পুক থিনবদা এনশীল লাদা য়োমদুনা মহী তোলা অহুমদা মীতৈ থুম খবদং ⅛ তোলামুক মৈ ইক্কুনা থাদবগা থকপা য়াম্না থুনা ফৈ।

৩। এনশীল মহী সের ৪ শঙ্গোম ছানা সের ১৬ এনশীল মকুপ সের ১ মৈদা লোল্লগা "চাঙ্গেরী ঘৃত" হায়বা হীদাক অদু শেম্মী। মসিনা নুংশং পেরে, থুনথোকপা, নাকোং মনুংদা পোম্বা খংহৌদনা ঈশিং চৎপনচিংবা লায়নাদা তৈবা অমসুং চাবা য়াম্না কান্নে। মাত্রা (চাং) তোলা ১—৪ ফাউবা।

নুংশিহীদাক

Mentha Arvensis

Eng-Marsh--mint

সং—সুগন্ধিপত্র—হিং + বাং = পুদিনা।

নুংশিংকী অফবা হীদাক্লি হায়দুনা নুংশিহীদাক নত্রগা মনম নুংশি হায়দুনা নুংশি—হীদাক কৌরম্বসু য়াই। এনশাং অমসুং মরোই ওইনা ঐখোইগী লৈপাক্তা শিজন্নে। তৌইগুম্বসুং অফবা হীদাকশিংগী মনুংদা অথোইবা অমনি।

কান্নবা—চাব তুমদবা, নুংশিংকাবা, খোংহাম্বা—পুকথিনবা নুপীগী ঈ গী লায়না—থাগী খোংকাপ ফত্তবনচিংবদা য়াম্না কান্নরবা হীদাকনি। মোক অমসুং চাকখাওগী লায়না কয়ামুক কান্নে। নুংশিহীদাক্তা এরোমেটিক ওইল (Aerometic) অমসুং মেনথোল (Menthol) মরাং কাইনা য়াওরি। মসিদা নত্তনা য়োৎ অমসুং ভিটামিনগী শরুকসু য়াওই।

১। নুশিহীদাক শুগী মহী তোলা ৩ গোলমরিচ মরু ৩ খোই হিগা চামচ অমা য়াল্লগা থকপা পুকচৎপা খোংহাম্বা অমসুং পুকথিনবগী অফবা হিদাকনি।

২। মনা অকংবগী মকুপ য়াহিদাক ওইনা শিজিন্নরগা য়াগী লায়না পুম্নমক ফৈ।

৩। ফীরাক ফত্তবা মীদা নুংশিহীদাক্কী চা নুমিৎ খুদিংগী পিথকপা য়াম্না কান্নে।

৪। নুপীগী ঈ থাগী খোংচৎ কাইবদা নুংশিহীদাক চামচ ৩ খোইহী চামচ অমা য়ান্নরগা নোংমদা ৩ লক পিথকপা কান্নগনি।

৫। থগোকপদা নুংশিহীদাক নোইখাইবগী মনম নমহনবা অমসুং মহী পিথকপা য়াম্না থুনা ফৈ।

৬। শঙ্গোমদা নুংশিহীদাক ফুৎলগা থকপদি পুক্কী লায়না অয়াম্বা মাংই।

৭। নুংশিহীদাক মহী নাকোংদা হৈজিল্লগা তীল শী।

৮। নুংশিহীদাক মনাগী মহীদা থুম অমসুং খোইহী য়াওনা থকলবদি পুক্কী তীল শী।

ইকাইথবী

(Mimosadapndica)

সং—বাং-হিঃ- লজ্জাবতী

ইকাইথবী—ঈশিংদসু কংফান্দসু হৌই। ঈশিং ইকাইথবীদি এনশাং চানৈ। তৌইগুম্বসুং কংফাল ইকাইথবীনা হীদাক ওইনা শিজিন্নবদা কান্নৈ। ইকাইথবীনা মরু ওইনা টেনিন (Tannin) য়াওই। নুংশং, অপাৎ অনোমনচিংবা লায়নাদা শিজিন্নৈ।

১। মনা অমসুং মরা মকুপ তোলা অমরোম শঙ্গোম সের অমদা হাপতুনা থকপা নুংশং অমসুং নুংশং পেরেদা কান্নৈ।

২। মনা শুরগা হকচাংগী খাও পোম্বা (Hydrocele) দা থোম্বা অপোম্বা ফৈ।

৩। মনা শুবগী মহী লশীংদা শুমজল্লগা সাইনস (Sinus) তা থোম্বা ফৈ। (মখুৎ নাদুনা লাইজৌবা লায়না)

উরিক শিবী

VITE NEGNDO

সং—বাং—নিসিন্দ হিন্দী—সম্ভাসু।

উরিকশিবীদি মনা মকু, মরা, মপাল, মহৈ পুম্নমক হীদাক ওইনা শিজন্নবা কান্নে।

১। মনা ফুৎপগী মহীন তাং তাংদা পোম্বা অমসুং গনোরিয়া তৌখিবদগী হকচাংগী খাও পোমথোকপদা হীগায়েবা য়াম্না কান্নরবা হীদাকনি।

২। মনা শুবগী মহী চামচ অমত্তং খোইহীগা য়ান্দুনা পিথকপদা পুক্তা তিন লৈবা ঙমদে।

৩। মনাদগী লৌবা থাওনা খৌরিদা পোম্বা অমসুং Snun তা তৈবা য়াম্না কান্নে।

৪। মপাল অমসুং মখোক্কী মকুপনা পুক্তগী ঈ ওবা ফৈ।

৫। উরিক শিবীগী মরু তকখাইরগা মলম নত্রগা থাও শেমদুনা লাইথুংনচিংবা লমহেনবা উনশাগী লাইনাদা তৈবা য়াম্না কান্নে।

রসায়ন

চরকনা হাইরম্মী হীদাক মখল অনিনি। নাদ্রিবা মীনা চারগা পুনশিবা, নিংশিংনবা পাঙ্গল হেনগৎপা, অনাবা ঙাকথোক্লবা পাঙ্গল হাপ্পা, কুচু কুমেন থোকপনচিংবা হকচাংগী তীং হাপ্পা হীদাক অদুবু "রসায়ন" কৌই। মরমদি ঈনচিংবা ধাতু পুম্নমক্কী অয়ন (তুংনফমবু) রসায়ন কৌই। হীদাক মখল অমনা তোঙান তোঙানবা লাইওংগী মতুংইন্না থাদুনা লাইয়েংনরিবা হীদাক মখল অমা নারবসু নাদ্রবসু চারগা হকচাং ফগৎলকপা অমসুং চারুরগা মহু লৈতবা হীদাক অদুবু রসায়ন কৌই। রসায়ন পুম্নমক্কী মকোক্তা চরক ঋষিনা হরিতকী (মনাহীবু) ইরম্মী।

হরিতকী

TERMINALIKA MYROBALAN

মনাহী—হিন্দী—হব

আয়ুবের্বদ শাস্ত্রদা মনাহী অসি মখল তরেৎখক্কী মশক তাকই। মদুদি— বিজয়া, বোহিনি, পুতনা অমৃত অভয, জীবন্তী চেতকী। তৌইগুম্বসুং মণিপুবদা মখল অহুম ফংই। (মচা জঙ্গলী হবিতকী) অমসুং অমনা মতোংগী শকুক য়াওবা মখল অমা অমসুং মতুম তাবা অমা।

ঋতু হরিতকী

হবিতকীবু বসাযনগী মকোকান হাযবমলবসু চাবা তুমগনদবা মী অশাবা, অশিনবা, চাগনবা, য় থকপা, লামগনবা, অশাবগী লাযনানা নাগনবা মীদি চাফদে হাযবম্মী।

হবিতকী অখাবা, অশিনবা, অফকপা, অশাবা, অগুম্বা বস মঙানা তিল্লি। অযাকপা বসতদি যাওদে। অফকপা বসনা হেল্লি। মেধা ফহনবা, কুচু কুমেন থোকপা, যাং কংথহনবা অমসুং অথোইবা বসাযন অমনি। পুনর্শি হাপ্পী। মিৎকীদমক্তা যাম্না কান্নে ঋতু তককমক্তা মখাগী নিযম অসিগী মতুংইন্না শিজিন্নগনি। মাসিবু "ঋতু হবিতকী বসাযন" কৌই।

১। শজিবু + কালেন—মনাহীগা খোইহিগা চাগনি।

মাত্র—মাষা ১দগী ৪ ফাওবা।

২। ইঙা + ঈঙেল—মনাহী+ চিনি অঙাংবা (গুড)

মাত্রা—মাষা ১দগী ৪ ফাংবা।

৩। থৌরাল + লাংবন—মনাহী + সেন্ধব লবন (সামর)
মাত্রা—মাষা ১দগী ৪ ফাওবা।

৪। মেরা + হিয়াংগৈ—মনাহী + মিশ্রি
মাত্রা—মাষা ১দগী ৪ ফাওবা।

৫। পোইনু + ব্লাকচিং—মনাহী + উচিথি—
মাত্রা—মাষা ১দগী ৪ ফাওবা।

মথক্কী হীদাক অসি চারবদি হকচাংদা লায়না অমত্তা লৈরোই। লোক, হারা, নুংশং, মাংব য়ৈখৎপা, ফীরাক ফত্তবা ঈশিং মরী ফত্তবা, ধাতু নাইতাবা, তীলনা নাবা, থম্মোয় শোনবা—শোর শোকপা—ফুগ্রী থুংবা— পুকথিনববা— কামলা রোগ—মিত্তা নাপু কাবা।

হরিতকীদি—শাইদুনা চারগা তুমনবগী মৈ হেনগৎলি। তকতুনা চারগা খোংহান্বা নুংঙাই। অফুৎপা নত্রগা ঘীদা ঙৌবা চারগা ত্রিদোষ মাংই। চাক তোকপা মতুংদা চারগা বাত, পিত্ত, কফ, ত্রিদোষ হায়বদি মৈ, ঈশিং, নুংশিৎ অহুম ফহল্লি। অমসুং চাখি থকখিবগী দোষ কোকহল্লি।

১। থুমগা চামিন্নরগা লোক্কি লায়না ফহল্লি।

২। চিনিগা চামিন্নরগা লায়না পুম্নমক ফহল্লি।

৩। মিশ্রিগা চামিন্নরগা পিত্তগী লায়না ফহল্লি।

৪। উমদুনা চারগা কংখু ফৈ।

৫। অফুৎপা তোলা অমদা সৈন্ধব লবনগা তিন্নরগা ঈশিং অশাবা থকলবদি খোং শেংনা হামদোকই।

৬। থগোকপদা হরিতকী তকখাইবগী মকুপকা খোইহিগা চামিন্নবগা ফৈ।

হৈগ্রু

সংস্কৃত—আমলকী। হিন্দী—আমলা। বা ঃ- আলমকী

PHYLANTHUS EMBLICA

(Embliac muyrobleni)

হৈ পুম্নমক্কী গুরুনি হায়দুনা অহল লমন্না 'হৈ–গুরু" কৌরম্মী। শিদহীদাক্কী সেনাপতিনি। ভিটামিন সি খ্বাইদগী হেন্না য়াওরবা হৈ অমনি। কমলা ২০ দা য়াওবা ভিটামিন সিগা হৈগ্রু অমদা য়াওবগা চপমান্নে। আর্য্য ঋষিশিংনা থাইনদগী শিজিন্নরক্লবা অফাওবা হীদাকনি। হুজিকসু হৈগ্রুগী গুলি সিফাইশিংদা ভিটামিন সি ব্রাত্তনবগীদমক্তা পিজনরি। হৈগ্রু অকংববুদি অতেকপা হৈজিং ফাবনা হেন্না ফৈ অতেকপগী মহীদি ঈশিং পৌহল্লি খোংহাম্বা নুংঙাইহল্লি। অকংবনা ঈ খকহল্লি অমসুং মাংবা খকহল্লি "চাবণপ্রাস" কৌবা আয়ুবের্বদগী ফাউরবা হীদাক অদু হৈগ্রুদগী শেম্বনি। হৈগ্রু নিংথিজনা শিজন্নরবদি– যক্ষারফাওবা ঙম্মী। য়ারিদগী ঈ তাব হকচাংগী ঈ কংশনবা চাব তুমদবা মখল মখা অয়াম্বা পুক্কী লায়না লোক কংখু, শিংলি ফত্তবনচিংবা কোকহনবা ঙম্মী।

১। অতেকপগী মহি (চা) - ৫
চিনি - ৩
ঈশিং - ১৬ আউন্স

সর্বেবাট শেমলগা থকপা, ঈশিং পৌরক্কনি অমসুং খোংহাম্বা নুংঙাইরক্কনি।

২। হৈগ্রু মকুপ - ৪ চামচ
হারতকী - ৪ ,,
বহেড় মকুপ - ৪ ,,

ঈশিং আউন্স ২০ খক্তা ফুৎপা মিনিট ২০। চুমথোকলগা থকপা-

চাং- আউন্স ২ অয়ুক অমুক নুংদাংবাইরম অমুক থকলবদি খোং হান্বা নুংঙাইগনি। অমসুং চাব তুমদবা তুমগনি।

৩। থাও অহিংবা সের অমরোমদা হৈগ্রু অকংবা তিংদুনা নুমিৎ ১৫নি রোম থম্মু চুমথোক্লগা কোক্তা তৈয়ু। মিৎ ফগনি অমসুং কোক ইংগনি। মিৎকী লায়না ৯৬ খক কোক্কনি

৪। মথক্কী হীদাকশিং অসিদ নত্তনা "আমলকরসায়ন" কৌবা হীদাক অমা লৈরি। রসায়ন অসিদি পোইনু বাকচিং (মাঘ) দাশেমহৌগদবনি। মরমদি হৈগ্রুদি মতম অসিদা হৈজিংফাই অহানবদা হৈগ্রু মকুপ ফীদা নিকথোকলগা সের মখাই অমদ হৈজিং ফারবা হৈগ্রুগী মহীদা নুমিৎ ২১নি তিংদুনা থমগদবনি। নুমিৎ খুদিংগী নুংশাদ ফৌদোক্কদবনি। কংখ্রবগী তুংদা অমুক হৈগ্রু মহী অতেকপা তোত্তুনা ফৌগদবনি। নুমিৎ ২১নি শুরবগী তুংদা হীদাক অসিগা খোইহী অশেংবা ১ অমগা যনগী ঘী ১ সের অমগা পিপুল মকুপ (উচিথি) ছটাক অমগা চিনি অঙৌবা পৌরা অমগা তিন্নরগা চফু অমদা হাপচন্দুনা মখুম চেৎনা খুমজন্দুনা উৎ মরক্তা ওমদুন থা ৬ থমগদবনি। ভাদ্র (থৌরান থাদগী হৌনা) তোলা অমমম অয়ুক্তা চারগা শঙ্গোম পৌরা অমা নত্রগা খোইহীগা লোয়ননা চামিন্‌রবদি মখল মখা অয়াম্বা লায়না কোক্কনি। মরু ওইনা—লোকখুবা, যক্ষার, য়াং কংশিনবা, চাব তুমদবা, থবাক নাবা, থমোয় শোনবা, হারা শিংলি ফত্তবনচিংবা লায়না ফগনি। হকচাং ফবা হেনগৎকনি। ইশৈ তৌবা মীগী খোন ফগনি। ধাতুগী লায়না অয়াম্বা কোককনি। ঈশিং মরী ফত্তবা ফহনগনি। পুনশি তোলোইগনি।

শিজিন্নবগী নিয়ম—নুপী, নুপা অঙাং মবুক কংবী নুপীনচিংবা পুম্নমক শিজিন্নবদা দোষ লৈতে। নিংথম থাদা শিজন্নবনা অমুক হেন্না ফৈ তৌইগুম্বসুং ঋতু খুদিংমক্তদসু শিজন্নবা য়াই।

মাত্রা—মপুং ফারবা মী অমনা অয়ুক্তা চামচ অমা (tea spoonful) তোলা মখাই অমা শঙ্গোম পৌব্বা ১ থকপা।

অঙাং—চামচ ½ অমা—শঙ্গোম পৌব্বা মখাই অমগা থকমিন্নবা রসায়ন পুম্নমক্তগী মসিনা অমৃতগী মশক ওইরবা রসায়ননি হায়বা য়াই।

বহেড়া

সংস্কৃত—বাংলা—হিন্দী—বহেড়া

TERMINOLIA BELARITZA

ভারতকী জঙ্গল খুদিংমক্তা ফংই। মীতৈলোন্দা চপ চাব মশক খংদে। হৈগ্রু+হরিত+বহেডা অহুম অসিবু ত্রিফলা কৌই। থাইনদগী হৌনা হিন্দুগী পুজা যজ্ঞদা তোইনা শিজন্নরকই। মখল মখা অয়াম্বা লায়নাদা অহুম অসি পুন্না শিজন্নে। কৈথেল মক মরাং য়োনবা দোকান পোসারীদা লৈবা ফংগনি।

১। খোঞ্জেল তাবদা বহেড়া ঘীদা ঙৌবা বহেড়া সৈন্ধব লবন, পিপুল (উচিথি) খরগা তকখাইরগা লেকতুন চারগা শঙ্গোম ছানা মহী নত্রগা তক্রগা থকলবদি খোঞ্জেল তাব ফৈ।

২। মিৎ নাবা (ophthalmia) দা বহেড়া তকলগা খোইহী খরগা য়ানদুনা মিত্তা হাপ্পা ফৈ।

৩। খোং খুৎ পোম্বা মাই পোমখৎপা (dropsy) দা ত্রিফলা মহী ছটাক ১।১ পুং ৪।৪ কান্ননা খোইহীগ থক্লগা ফৈ।

নুংগারৈ

ASPARAGUS RACEMOSUS

সং—শতাবরী, বাং—শতমুলী, হি—শফেদেমুলী

মণিপুরদা মরাং কাইনা ফংই। আয়ুবের্বদ শাস্ত্রদা য়াম্না তোইনা শিজন্নে। মরূনা থোইদোক হেন্দোক্লা হীদাক ওইনা শিজন্নে।

ব্যাখা—হকচাংগী মৈশা হন্থহল্লি। বুদ্ধি ফৈ। পাঙ্গল হাপ্পী হকচাং নোইখৎলি। মিৎ ফৈ। লাইমন, খোংহাম্বা নুংশিৎ চাওবা, ঈ ফত্তবা, ঈ হাথবা অমসুং ধাতু নাইতাবা ফহল্লি। মরু ওইনা পুকথিনবা হৌবা লাইনাদা য়ামনা কান্নে। ফম্বী ফৈ। থবাক নাবা ফহল্লি। উচেকখোং অমসুং উচিরাই হৌবা ফহল্লি।

১। চহি অমা নুংগারৈ মরু অতেকপা তোলা ৪ শঙ্গোম পৌব্রা অমা ঈশিং পৌব্রা অমগদা হাপ্তুনা চখুৎ অমা য়াম্না মুন্না পৌব্রা অমখক্তা ঙাইবা ফাউবা ফুৎলগকা চুমথোকলগা থকপা। মাসিগী হীদাক। অসি চীহ্ অমা শিজিন্নবা ঙমলবদি থোপ ফৈ। থাম্মায় শোনবা কনখৎলকই। হকচাং নোইখৎলকই। নিংশিংনবগী পাঙ্গল হেনগৎলকই। মরু ওইনা ফম্বী য়াম্না ফরকই।

২। ঘী সের ৪ নুংগারৈ মরূগী মহী সের ৪ শঙ্গোম সের ৪০ য়াম্না মুন্না ফুৎলগা। চিনি খোইহি উ চথি (পিপুল) হাপ্তুনা থকলবদি ফম্বী য়াম্না ফৈ।

মথক্কী পিরিবা চাং অসিমক ফুৎলু হাইবা নত্তে। অনুপাত লৌবিগদবনি। ঘীগা নুংগারৈ মহীগা মরুম মান্নহল্লগা মখোইগী শরুক তরা শঙ্গোমনা ওইগনি হায়বনি। মসিগী মমি "সাবিত্রঘৃত" কৌই।

নুপা অমসুং নুপীগী ফম্বী ফত্তবা ফহল্লি। মচা পোক্তবা নুপী নুপা মশা ফগৎলক্তুনা মচা পোক্কনি। ধাতুগী লাইনা কয়ামুক মাংহন্দুনা নুপীগী যোনিগী লাইনা কয়ামুকসু ফহল্লি।

৩। থোইদিং থাও অশেংবগা হামেং মখোম নত্রগা শঙ্গোম নুংগাবৈ মরুগী চাং চপমান্ননা লৌবগা তৈরবদি শিংলি ফত্তবদগী পোকপা লাইনা অয়াম্বা ফৈ। হীদাক অসিগী মমিং "বিষ্ণু তৈল" কৌই।

৪। নুংগাবৈ মনা অদু ঘীদা ঙৌরগা মকুপ অদু অপোম্বদ থোম্বা য়াম্না কান্নে।

যষ্টিমধু (উরি অথুম্বা)

সংস্কৃত—যষ্ঠী মধু। হিন্দি—জঠী মধু। বাং—যষ্টি মধু।
ইংলিশ – Liquriee

GLYCERRHIZAGLABRA

মওং—পাম্বীগী মবানি। মণিপুরদা হৌদে। কৈথেলদা অকংবা ওইনা ফংই, থুমই। উনাপু হাইবপ মাল্লি লোক, মাংবা য়াদবা, য়াইরোং অপোম অতং, খোং খুং পোমথোকপনচিংবা, হকচাং চোকথবা হকচাং মনুং শাগৎপনচিংবদা শিজন্নবা ফববা বসাযন অমনি।

মরুওইনা glycyrrhizi, glncoside, asparagin, চিনি. রেসিন, চনাং অমসুং মনপ (gum) য়াওরি। মাত্রা ।।০ শিকিগী মরুমদগী (গ্রেন ১৫ - ৬০) তোলা অমা ফাওবা।

১। ষষ্ঠী মধু মকুপ ⅛ তোলা ত্রিফলা (হরিতকী+হৈগ্রু+বহেড়) মকুপ ⅛ তোলা খোইহী চামচ অমগা চামিন্নরগা শঙ্গোম অশাবা প্লাস অমা থকপা।

২। থবাক খেনা লোক থুংলবদি মথক্কী হীদাক অসিদা ⅛ তোলা বংশ লোচন (ব্রা, শুনু) ⅟১৩ তোলা উচিথি য়াল্লগা শিজন্নৌ।

৩। তিসি মরু (কসে) তোলা ২½ যষ্টি মধু তোলা অমা ঈশিং সের মখাই অমদা য়াম্না মুন্না মহী তংখাই অমা কংশনবা ফাউবা ফুৎলগা চুমথোকলগা পৌব্রা মখাই অমদা খোইহী চামচ অমা চমপ্রা মহী খর য়ানদুনা থকপা। মসিগী মমিং Linseed tea কৌই। লোক কংখু খুবা, থবাক খেবা অমসুং খোং চিফেৎ–চিফেৎ হাম্বনচিংবা লায়নাদা শিজন্নবা য়াম্না কান্নরবা হীদাকনি।

৪। যষ্টি মধু —(1tea spoonfull) ১ তোলা।

যষ্টি মধু	—	(1tea spoonfull)	১ তোলা।
গোলমারচ	—	,,	১ তোল।
দালচিনি	—	,,	১ তোল।
কিসমিস	—	,,	১ তোল।
বাদাম	—	,,	১ তোল।
হোপ	—	,,	১ তোল।

৫। মথক্তা তাকখ্রিবা রসায়ন ময়াম অসি নিংথিজনা শিজন্নবা তমদ্রবদি যষ্টি মধু মকুপ ¼ তোলা অমা চারগা শঙ্গোম পৌব্রা অমদা খোইহী চামচ অমত্তংগা শিজন্নবদা কান্নবা ফংগনি। হীদাক অসিদি মহৌশানা হু অমসুং ময়াই কাবা মচাক য়াওদবা মরমনা নুপী মীরোনবী ফাউবা শিঞ্জন্নবদা অকাইবা করিমত্তা লৈতে। অঙাংমচাদগী হনুবা ফাউবা শিজন্নবা য়াই। যুম খুদিংদা যষ্টি মধু মকুপ লিকলিঅমদা হাপ্তুনা

থন্বীগদবনি। অঙাংগী লায়ন অয়াম্বদা মরু ওইনা লোক্কী লায়নাদা হীদাক অসিগী মফমদা খোইহীগা পিজবা য়াই। য়ুমগী অথোইবা হীদাক অমা ওইনা শিজন্নবদা হোংলবা অমসুং ফরবা হীদাক অমনি। নুপীগী ফীঙোই চৎপা ঈ হাথবনচিংবা লাইনাদা পিজবা য়াম্না কান্নরবা হীদাকনি।

নোংমাংখা

সংস্কৃত+বাং—বাসক হিঃ—অমসা

ADHATODA VASICA

মণিপুরদা নোংমাংখা মখল অনিখক ফংই। মপান ঙৌনা শাৎপা অমা অমসুং কোরি মচু মানবা মখল অমা অঙৌবদগী অমুবনা খাবা হেল্লি। হীদাক্তসু কান্নবা হেল্লি। গুন—লোক—কংখু—হারা, থবাক খেবা, ঈশিং মরী শোকপা কুষ্ঠী, যক্ষা, নচিংবা লাইনা—ঈশিং মরী ফাওবা থম্মোয় শোনবনচিংবদা শিজন্নবদা কান্নে।

হীদাক্কীদমক্তা শিজন্নগদবা = মকুপ, মনা অমসুং করা মাত্রা- (চাং) = মকু, ৫(তোলা) ১০ ফাওবা মনাগী মহী তোলা ১ দগী ৪ ফাউবা।

করি য়াওরি? মনম নুংশিবা মচাক অমা য়াওরি। মহাও অয়াকপা খরিগী শরুক, রাল (resin) চিনি। বাসকামল চিনি, গোদ, থুমগী শরুক য়াওরি।

১। নোংমাংখা মকু তোলা ২ ঈশিং সের মখাই অমদা য়াম্না মুন্না পৌরা মখাই অমত্তা ঙাইরবা ফাউবা ফুৎলগা খোইহী খরা য়ানশল্লগা নোংমদা ৩ লক থকলবদি মখল মখা অয়াম্বা লোক ফৈ।

২। মনা শুবগী মহী চামচ ৩ খোইহী চামচ অমা শীং মহী চামচ অমা উচিথি ১গী মকুপ হাপ্তুনা থকলবদি—লোক, লোক—খুল্লাই, হারা, যক্ষারনচিংবদা পিথকপা কান্নে।

৩। লোক শিৎপদা ঈ য়াওরবদি নোংমাংখা মনা শুবগী মহী তোলা ১ খোইহী চামচ অমগা নোংমদা ৩ লক থকপা কান্নে।

৪। অকংবা মনানা চুরুট শাদুনা থকলগা হারানা থবাক খেবা ঙাইহাক পোত্থাবা ফংই।

৫। নোংমাংখা মরা, নিংথৌ, খোংলি, লৈপুং খাংগা চাং চপ মান্নহল্লগা পুল্লপনা তোলা ২ খক লৌরগা ঈশিং সের মখাই অমদা পৌব্রা মখাই অমত্তা ঙাইরবা ফাউবা ফুৎলগ থকলবদি—লাইহৌ য়াওবা থুংবা লোক ফৈ।

৬। নোংমাংখা মনা শুবগী মহী সের অমা চিনি অঙৌবা সের অমা পিপুল উচিথি তোলা ১৬ য়াম্না মুন্না ফুৎলগা ইংথরবা মতমদা খোইহী সের অমা হৈজল্লবদি "বাসবলেহ" কৌবা। হীদাক অদু ওইরে। মসিনা যক্ষা, হারা, ঈত্তবা—থবাক খেবা নচিংবদা শিজন্নবদা য়াম্না কান্নে (ভাবপ্রকাশ) মাত্রাদি অমুক থকপদা তোলা ২ ওইগদবনি।

৭। নোমাংখা মনা ফুৎলগা হীগা য়ৈবা তাং তাংদা চিকপা শরু শয়াং চিকপা, শাবনচিংবা "বাত রোগ" ফৈ।

চনম

GARLIC

সংস্কৃত—লশুন, হিঃ- লহসন, বাং —রশুন

পৌরাণিকী ৰারী অমদা হিরি। স্বর্গদগী শোরারেনগী অমৃতবু গরুড়না হুরান্দুনা চাবদগী লৈপাক্তা মরিক অমত্তং তাখি। মদুনা চনম ওইনা হৌখি। পৃথিবী অসিদা রস ৬ খক লৈ। লৈরিবা রস ৬ অসিদগী অশিনবা রস খাইদোক্লগা মণ্ডাদি চনমদা পুময়াও য়াওই হায়দুনা চনমগী মমিং সংস্কৃততা রসোন কৌখি। করিগুম্বা য়াম্না কান্নবা হীদাক্লি হায়দুনা "মহৌষধ" কৌই।

গুণ—হকচাং নোই পেলহল্লি। বীর্য্যবর্দ্ধক (ফম্বী ফবা) মেংহনবা, শাবা, শরু শয়াং তেকপদা শৌজনহনবা থম্মোয় শোনবা মাংবা য়ৈথৎপা, লোক হারা যক্ষ্মারনচিংবা হকচাং চিক খোৎপা, নুংশং, তীল, কুষ্ঠরোগদা কান্নে।

য়ু থকপা, শা চাবা, অশিনবা চাগনবা মীদা চনম হীদাক ওইনা শিজন্নবা কান্নে। হকচাং শাজেল তৌবা, নুংশাদা য়াম্না লৈগনবা, শাওগনবা, ঈশিং য়াম্না থক্নবা, শঙ্গোম চিনি য়াম্না চাগনবা মীদি চনম চাবা পক্লরোই।

বিশেষ—হানিপ্রদ (থোইদোক হেন্দোক্লা শাথিগদবা) মিৎ—গর্ভ লৈবী নুপী, থবোম্বীদা শোক্কনি।

হানিবারক—(চনমগী মহু চন্নবা) বাদামগী থাও লৈপাক হৱাই থাও—গম মহুৎশিনবা য়াবা—(অভাব)—তীলহৌ। মাত্রা চাং=গ্রেন ৩০ মহী (ফোটা) তপ তাবা তঙ্খাইদগী অনি ফাওবা।

১। চনম মহী থাং তেন্না শোকপা চাফৎপা অপাৎ অপোমদা, চাবা—লাইজৌদে।

২। টায়ফোড (ভুগতী) তৌরকপা মতমদা চনম মহী ড্রাম অমা (মাষা ৪) পুং ৪।৪ নত্রগা পুং ৬।৬ কী মনুংদা পিথকলবদি অনাবা কনবা ঙম্মী।

৩। কোক্তা ঈ হাইগৎপা চনম মহী পিথকলগা ফৈ।

৪। থাও অহিংবদা নত্রগা ঘীদা তাওবগী মহী নাকোংদা হাপলগা লাইখুন নাকোং পোম্বা ফৈ।

৫। লোক কংখু অমসুং অঙাংগী লোক শিথ শিথনা খুবদা চনম মহীগা খোইহীগা তিন্নরগা পিথকপা য়াম্না কান্নে।

৬। যক্ষারগী লাইহৌ অমসুং লোক কংখু—নুংদাং হুমাং শৌবদা চনম শিজিন্নরগা য়াম্না কান্নবা ফংই।

৭। হকচাং চিক খোৎপ, শরু শয়াং, তাং তাংদা চিকপা খ্বাং নাবনচিংব বাত বোগদ চন—কান্নরব হীদাকনি।

৮। খোই অমসুং লীলনা চিকপা মহ্পানবা তীলনা চীকপদা চনমদি খুদকতা ফহল্লি।

৯। তীলগী লাইনা খুদীংমক্তা চনম শিজিন্নবা কান্নে। তীল শি মবাই লুকই।

১০। নুপীগী শাবৈ অমসুং ঈ ফত্তবদগী ব্রাস্থবা চনম শুগাইরগা নাতোন্দা নমহনবদা জ্ঞান থুনা লাকই।

১১। অপাৎ অপোম্ অমসুং হকচাংদা লাইজৌবা মতমদা চনম মহী তৈবা থুনা কংহল্লি।

১২। চক্রদত্তন ইরম্মী—চনম তোলা ৩২ ঈশিং সের ৪ শঙ্গোম সের ৪ য়াম্না মুন্না কংশান্না ফুৎলগা ঈশিংগী শরুক মখৈ কংশন্না ফুৎলগা শিজনৌ। শারে, পুক কংখৎপ, খোং, ফৈবাক মরী নাবা, থম্মোই শোনবা লায়না পুন্নমক ফগনি।

১৩। চনম ২ উচিথি অমা থাও অহিংবা তোলা ২½দা ঙৌরগা নাকোংদা খরা খরা হাপ্লা লাইখুন থুংদুনা না পংখিবা ফৈ।

রসায়ন ওইনা শিজন্নগে খনবা কাংবুনা

১। লোক পক্কনবা মীনা নিংথম থাদা অমসুং বসন্তদা শিজিন্নৌ।

২। নুংশিৎনা হেনবা (বাতপ্রকৃতি) না নোংজুথাদা শিজন্নৌ।

৩। মৈ ফত্তবা মীনা খোইহী অমসুং ঘীগা মতম পুন্নমক্তা শিজন্নবা য়াই।

য়াইঙং

CURCUMA LONGU

সংস্কৃত—হবিদ্রা, হিঃ- হলদী,বাং —হরিদ্রা

গুণ—ধাতু ঈ ফত্তবা, পাণ্ডুরোগ, অহেরাই, অপাৎ অনোম, তীলগী লাইনা, মীৎ নাপুকাবা, উনশাগী লায়না লোকনচিংবদা শিজন্নে। হু চম্বা কুষ্ঠ অমসুং পুক নাবদা শিজন্নবা কান্নে। শিজন্নগদবা—মরু মাত্রা তোলা ১দগী ২ ফাওবা। মকুপ মাষা ১দগী ৪ ফাউবা।

হানিপ্রদ (ফৎলোইদবা)—থমোয় শোনবদা নিবারক—চম্প্রা মহী—উত্তেজক (ময়াই কাবা) পৈ অমসুং ঈ তোং—অভাব—মথিরা

১। অঙাংগী তীলগী লায়নাদা য়াইঙং মকুপ চিনি অঙাংবগা পিজবা কান্নে।

২। কলেরা, পুকচৎবগী ফায়বা অমসুং ওবগী মতুংদা গোলমরিচ মরু ২।৩ শাইহল্লগা য়াইঙং মকুপ খরা খরা পিজরবদি কান্নে।

৩। লাইথোকপা মতমদা য়াইঙং চাং নাইনা চারবদি অনাবা ঙাকথোকই।

৪। লাইজাও থোকপদা য়াইঙং মহী তোলা ১ মঙ্গে মনা মহী তোলা অমা ঈশিং খরদা য়ানদুনা থকপা কান্নে।

৫। থাও অহিংবগা য়াইঙং মহীগা তিন্নরগা হকচাংদা তৈবা অপাৎ অপোম ফুগ্রীনচিংবা ফৈ।

৬। মিৎ নাবদা য়াইঙং মহীদা লুপ্পা লশিং নত্রগা পীথোম্বা কান্নে।

৭। য়াইঙং মকুপ থাবগী মৈখু নাতোন্দা চিংশল্লগা নাতোন্দগী নপতিন ওরো ওরো তাবা ফৈ।

৮। নাকোং লাইখুল থুংবদা য়াইঙং মকুপ শরুক ১ ফিট কিরিনা শরুক ২০ ওইহল্লগা মৈখুনা নাকোংদা কামশনবা লাইখুল ফৈ।

শিং

ZINGIBER OFFICINALE

সং+হি=আদ্রক—বাং আলা হিঃ—অদরক

গুন মাংবা য়ৈখৎপা ফৈ, তুম্নবা মৈ হেনগৎহল্লি। ফম্বী খোঞ্জেল ফহল্লি লোক, খৌরিগী লায়না, পুকথিনবা ফহল্লি।

কালেন—মেরা থাদা কুষ্ঠ থুংবা, ঈ শিৎপা, হকচাং শাগৎপা, লাইহৌ হৌগনবা মীদি চারোইদবনি।

বিশেষ মহাও শাই।

হানিপ্রদ—(অমাংবা)—গরমমিকাজ (শাওগৎহল্লি) হানিনিরাক—খোইহী।

অভাব—গোলমরিচ

মাত্রা—মহী ১—২—তোলা। অকাবগী চুর্ণ ১ (৪ অনাবগী মরুম)

১। নাকোংচিকপ—থোইদিং থাওদা শিং মহীদা খোইহী অমসুং সৈন্ধব থুম য়ানশিলগা ফোটা ২৩ দং নাকোংদা হাপ্পু।

২। লোক থুংবদা শিং মহীদা খোইহী য়াল্লগা থকপা কান্নে।

৩। হকচাং চিকখোৎপা তাং তাংদা নাবা বাত রোগনচিংবদা শিং মহী সের ½ অমা থোইদিং থাও ছটাক অমদা থোংলগা মহী নিংথিনা কংশনখ্রবা মতমদা থাংথরগা মালিশ তৌবা মালিশ তৌরমদাইদা লুম্বু লুম্বু শাহনগদবনি।

৪। চাক চারমদাইদা খরা শাইদুনা চারবদি—বাত (তুমদবা) লাইনা ফৈ।

৫। পুক থিনবদা শিং মহী তোলা অনা খোইহি খরগা থকপা ঙাইহাক লৈরগা ঈশিং অশাবা থকলবদি পুক থিনবা ফৈ।

৬। পুক নাবা লাইনা (ডাইরিয়া, ডাই সেণ্টারী, ডিসেপসিয়া) খোংহাম্বা; চিফেৎ চিফেৎ মাংবা—পুক নাবা লাইনাদা শিং অকংবগা ঘীগা মতিকচাবা চাংদা শিজন্নরগা ফৈ।

৭। কলেরাগী উচেকখোং হৌবদ শিং মকু খোং খুৎতা তৈরগা হুমাং অনপ্পা কাংবা উচিরাস হৌবা ফহল্লি।

ওকহিদাক

ACORUS CALEMUS

সংস্কৃত—বচা, হিন্দী— বচ

English-(sweat flagrool)

গুণ—ওক হীদাক অকনবা মনম। চাবদা শাই। হকচাং শাগৎহল্লি তুমনবা মৈ কলহল্লি। থী—য়ুং য়ৈখৎপা ফহল্লি। পুকথিনবা, শারৈ, লোক অঙাওবা, ভুত, তীলকাংনা শোকপা ফহল্লি। বাতরোগতা কান্নবা হীদাক্লি। করি য়াওরি— অখাবা, চনাং, ম্যুসিসজে য়াওরি গ্লুকোসাড (Glucocide - acorrine) ভেলেটাইন (Voletine oil) য়াওরি।

১। ওক হীদাক মৈ থারগা উৎ অদু য়ুবী থাও নত্রগা কেগে থাওনা তিন্নরগা পুক্তা তৈরবদি পুক কংখৎলগা থিনবা অনাবা ফহল্লি।

নিম

Genus—MELIA LINU

M. Azaderachta indica Juss

সংস্কৃত—নিম্ব, হিঃ—নিম্ব,বাং—নিম, ইং —Margosa tree

শিজন্নগদবা—মকু, মরাগী মকু, মহৈ, মপাল অমসুং মনা মরু, মনপ, তাড়ি।

কান্নবা—মকুদি খাই, পাঙ্গল হাপ্পী অমসুং ধারকনি মনাদি মিত্তা কান্নরবা হীদাকনি, মখল মখা অয়াম্বা চাব তুমদবা ফহল্লি। মৈ কলহলি, তীল শিহল্লি। হকচাংগী হু মাংহল্লি। উনশাগী লাইনা মাংহল্লি। মহৈদি—

মাংথোকহল্লি, হাইফেৎ শাই, নুংশং ফহল্লি, তীল, ধাতু অমসুং ঈশিং মরী ফত্তবা ফহল্লি।

মণিপুরদা মখল অহুম ফংই। মদুদি ঃ- নিম পাম্বী অচৌবা তাইরেল মানবা অমা অমসুং তাইরেলগী মরু মাননা পানবা, শৈজ্রাক্কী মতৌগুম্বা পাম্বী চাওদবা মহৈ মতুম তাবা অমা, (মহা নিম্ব) কৌবা জাৎ অমা অদুগা শৈজ্রাক কুমনা মরু পানবা শৈজ্রাকক্তগীদি খরা পীকপা জাৎ অমা, মদুনা "জঙ্গলী নিম" কৌই।

১। হীদাক ওইনা—মনা অদু ঈশিং মতিক চানা হাপলগা মচু নাপু মানশন্না ফুৎলগা অপাৎপা, চাফৎপা, অপোম্বা কুইং, ফুগ্রী, লাইথুং অপোম অতং পুন্নমক চাম্বা কান্নে।

২। মনা শুবা—তোলা ৩; চেং নত্রগা আতাগী য়াম তোলা ৩ ঈশিং খবা হাপ্লুনা থিৎলগা পোনটিস (Pohtice) শেমলগা—অপোম্বা, অপাৎপা, চাফাৎপা, খুইংনচিংবদা থোম্বা কান্নে। অপোম্বাদি থুনা মুনদুনা পোখাইবক্কনি।

৩। নিম মপাল—হৱাইগা নীংথিনা থোংদুনা চারগা চানিং থকনিংদবা চাফমহনবা ফহল্লি।

৪। নিম মকু শুগাইবা তোলা ৫
ফদিগোম মরু চামচ ২
এলাচি চামচ ১
ঈশিং সের ½

পুংখাই অমা ফুৎলো। মাত্রা (চাং) আউন্স ২ (তোলা ৪) নোংমদা ২রক অরুম হৌদ্রিঙৈ মমাংদা থকলগা অরুম থৎলি।

৫।	নিম মনা অথোৎপা	১ আউন্স
	চনম	৪ গ্রেন
	আজৱান	২০ গ্রেন
	কালমরিচ	১০ গ্রেন
	নিম মনা অরিবা	১ আউন্স
	মেথি	৩০ গ্রেন

ময়াম অসি শলগী ঘী খরদা ঙৌরো। থুম খরা য়াল্লো। চাং—গ্রেন ১০ ঈশিং খরদা য়াম্দুনা থকপা অঙাংগী পুক্তা তীল লৈবা পুক কংখৎপা, মাংবা য়াদবা লোক, থবাক নাবনচিংবা অঙাংগী লাইনা পুম্নমক মাংহল্লি।

৬। নিমগী থাওদি অপাৎপা, ফুগ্রী অমসুং চাফাৎপা খুইংনচিংবা উনশাগী লাইনা পুম্নমক ফহল্লি।

মাইয়োক ফা

TERMINALIAARJUN

সং=বাং—হিং=অর্জ্জুন

মণিপুরদা হৌই। অচৌবা পাম্বীনি। ফুট ৭০ - ৮০ হেন্না ৱাংই। হীদাক ওইনা শিজন্নগদবদি মকু, মনা অমসুং মহৈনি। মহৌশাদগী মৈতৈ মাইবাশিংনা অফবা হীদাক ওইনা শিজন্নরকই। চাং (মাত্রা)=মকুগী মকুপ ২ - ৬- আনা।

১। মকুগী শরূক ১ (অমা) ওইহল্লগা ঈশিংনা শরূক ১০ (তরা) ওইহন্দুনা নীংথিনা ফুৎলগা তোলা ১দগী তোলা ৩ ফাউবা থকলবদি নুংশং ঈ ফাইবা ঈতোল ফাইবা ফৈ।

২। মকুগী মকুপ — ¼ তোলা
চিনি — ২তোলা
শঙ্গোম — ½ সের

য়াম্না মুন্না ফুৎলগা চুমথোকলগা থকলবদি থম্মোয় শোনবা অমসুং হকচাং চোকথবা ফহল্লি। চহি অমা চুপ্পা থকউ।

৩। "অর্জ্জুন ঘৃত" কৌবা আয়ুবের্বদ শাস্ত্রগী ফরবা হীদাক অমা শিজন্নরি।

মকুগী মকুপ — ৮ সের
ঈশিং সের — ৬৪

য়াম্না মুন্না সের ১৬ ঙাইরবা মতমদা থাংথরগা মাইয়োক ফা মকুগী মকুপ - সের ১ ঘা সের, ৪ দ "ঘৃত পাক" তৌগনি। চাং মাত্রা)=তোলা ½দগী—তোলা ১ ফাউবা। হকচাংগী পাঙ্গল হাপ্পী থাম্মায় শোনবা ফহল্লি।

খুজুম পেরে

ACHYRANTHES ASPERA

সং=অপামার্গ, হিং=বা=অপং Eng. Rough chaff tree

"অপম্বজ্যতে ব্যাধিরনেতি অপামার্গ"

শিদহীদাক অসিগী মশাদা মতিক, ময়াই অফবা থুপ্পুনা লৈবা মরমনা হকচাংগী ধাতু পুম্নমক্কী দোষ পুম্নমক কোকহন্দুনা অনাবা পুম্নমক মাংহল্লি; মবম অদুনা অপামার্গ কৌই। বৈদিক কালদগী হৌনা শিজন্নরকলবা অথোইবা হীদাক অমনি। ভারতবর্ষগী মফম অয়াম্বদা হৌই। মণিপুরদসু ইংখোল অমসুং লমহাংদা মরাং কাইনা হৌই। অঙৌবা অমসুং অঙাংবা মখল অনি থোকই। আলকেলি অমসুং পোটাশ য়াম্ন য়াওরি।

গুণ=খাই, শাই, উষ্ণবীর্যনি। চাবা তুমহল্লি, লোক মাংহল্লি, নুংশং, পুক্কী লায়না অয়াম্বা ফহল্লি। ঈ ফহল্লি। না পংবা ফহল্লি। কফ বাতনাশক (লোক নুংশিৎ—ফত্তবা) ফহল্লি। পুকথিনবা অমসুং হকচাংগী হু মাংহল্লি। অমসুং মহু পানবা জীবশিংগী হু চমহল্লি। হুই, উচি—মিরাং অমসুং খোইনচিংবনা চিকপগী হু চমহল্লি।

১। মরু অদু মকু য়াওনা কুপ্না তকখাইরগা ফীদা নিকথোকলো। মদু নস্যওইনা নাকল নাতোন্দা চিংশল্লগা ফমজনদুনা লৈবা লোক তাহল্লি। কোক নাকল নাবা চিকপদা শিং মকুপ, উচিথি অমসুং গোলমরিচ মকুপ য়াওন শিজিন্নরগা কান্নবা ফংগনি।

২। খুজুম পেরেগী মনা, মরূ, মরু, পাল অমসুং মকু (পঞ্চাঙ্গ) লৌরগা মৈ থাদুনা উৎ লৌরো। উৎ অদুনা উতি চুমলগা খরি শেমউ। মদুনা তাং তাংদা পোম্বা, ঈশিং মরি ফত্তবা, পুক কংখৎপা, ফীরাক তাব,

খোং হাম্বদা মফম খংদবনচিংবদা ফবনি। চাং=মাষা ১—৬ ফাউবা। শল ময়ুংগা শিজন্নরগা অমুক্কা হেন্না ফৈ লোক্তসু য়াম্না কান্নে। নিউমোনিয়া ফৈ।

৩। চেংহীগ মরূগা তকতুনা চামিন্নরগা নুংশং ফৈ (শুশ্রুত)

৪। থাং তেন্না শোকপদা মনা শুগাইরগা থোম্বদা ঈ থকই।

৫। খুজম পেবেগী উৎকা থোইদিং থাওগা নাকোং লাইকুলগী ফববা হীদাকনি।

৬। লাইথোকপদা খুজুম পেরেগী মরূগা য়াইঙংগা চাং মান্নহন্দুনা কুপহল্লগা তৈয়ু।

৭। নুপীগী থাগী খোংচৎ কাইবা অমসুং গর্ভ ওইগনদবা নুপীদা মকোক লুজরকপা মতমদা খুজুম পেরেগী মনা তোলা ১ লৌরগা শঙ্গোম তোলা ১০ গা তক্কুনা নুমীৎ ৪ নি দগী হেন্না নুমিৎ ১২নি ফাওবা শিজন্নৌ। মনাগুম্না কনাগুম্বা বৈদ্যপ মরূসু শিজন্নে।

৮। ফুগ্রী, অপোম্বা, খৌরি পোম্বা তংবনচিংবদা মনা অমসুং মরা ফুৎপগী মহীদা থোইদিং থাওগা তিন্নদুনা তৈয়ু।

৯। মপালগা চিনিগা চারগা হুই অঙাওবনা চিকপগী হু চমই।

১০। থম্মোয় শোনবগীদমক্তা খুজুম পেরে মকুপতা খোইহি অমসুং মাখলগা শিজন্নরগা চাবা কান্নে।

কেসে মরু

LINSEED

সংস্কৃত—অতসী, মসৃনা, বাং- হিং—তিসি

ইংলিশ- Flexseed

কান্নবা—মরু লোক ফহল্লি। ঈতোল ফাইবা; ফীরাক তাবা ফহল্লি। ফম্বী ফৈ। খোম থোকহল্লি। নুপী মীরোনবীনা চাবা ফত্তে। ঈশিং পৌহল্লি। মনা—পাঙ্গল কলহল্লি। ঈশিং পৌহল্লি। ঈশিং থিংখ্রগা খাইহল্লি।

মনিপুরদা মরাং কাইনা ফংই। হংগাম থাওদা তিসি গী থাও য়াম্না য়ান্নরে। থোইদিংদগী শাংবা অমসুং চাওবা মচু হাইরপ ঙাংবা হেল্লি। কাংশুবী শাদুনসু চান্নরে।

১। তিসি মরূ — তোলা ৩
যষ্টী মধু — তোলা ১

ঈশিং মহী তংখাই অমত্তা ঙাইবা ফাউবা ফুৎলগা; চুমথোকলগা পৌব্রা মখাই অমদা চম্প্রা মহী অমসুং খোইহী চামচ অমা য়ানদুনা থকপা। মদুনা লোক অমসুং ঈতোল ফাইবা, পুক নুংঙাইতবা ফহল্লি।

২। শুনুগী ঈরু — আউন্স ৪
তিসি থাও — আউন্স ৪

নিংথিনা নৈখাইরগা ঙৌরোক ঙৌবা চনাংগুমনা থোক্কনি। মৈ পোকপদা কান্নরবা হীদাকনি।

৩। তিসিগী মরু — আউন্স ৪
শঙ্গোম — আউন্স ৮
চিনি — আউন্স ৪

শঙ্গোম তিসি মরু তকখাইরগা ফুৎলো। চিনি য়ানশল্লো। চাং—খৈরোই অচৌবা ২ নোংমদা ২ রক। নুপীগীনা খোম থোক্কনি। অদুগা নুপাগীনা ফম্বী ফগনি।

৪। তিসি মরু তকখাইরগা ঈশিংগা তিন্নদুনা। তল শারগা থোম্বদা উনশাগী লাইনা কয়ামুক ফহল্লি।

ঘৃত কুমারী

সংস্কৃত=কুমারী; খীতকুত্তযার, বাং=দুসবাব,
হিন্দী—ঘৃতকুমারী, ইংলিশ- Lutun Aloe

মখল—অহুম শুই। অঙাংবনা খ্বাইগী মকোকনি। মহাও থুমই। আয়ুর্বেদদা শাস্ত্রদা যাম্না শিজিন্নে। মনা শেগাইরগা ফংবা মনপ অদু মুসাবব কৌই। মনপ অসি আলকোইলা অমসুং ঈশিংদা শৌদোকই।

মসি যাম্না ফবা জোলাপনি। তৌইগুম্বসুং মীরোনবী, অঙাং অমসুং নুংশং পকপ মীদদি অমসুং অমাংথোংদা শাব হৌবা মীদদি শিজন্নবা কান্নদে।

ঘৃতকুমারী রসায়ন (Tonic) অমনি। ব্যাধীভেযারী (alterutrial) রেচক (খোং হামদোকপ) ..তুবর্দ্ধিনী (Emmenagowe)। মরু ওইনা থিরিন অচৌবা থবক তৌই। মাংবা য়াম্না য়ৈখৎকনবা মীদা শিজন্নবা কান্নে।

চাকখাও শোকপা, থাগী খোংকাপ শোইবা, ঈ শেংদবা নুপীনা ঈ থাদনা ময়াং কংশন্না খোংকাপ লেপখিবশিং অদুগীদমক্তা শিজন্নবা কান্নে।

ঘৃত কুমারীগী চণ্ডলী

১। ¼দগী গ্রেন ১

২। মনাগী মনপ অদু থাও অহিংবগা য়ান্নরগা লোল্লু। তৈরগা শম হৌগনি। হকচাংদা তৈরগা তুম্বা য়াগনি। ঈশিংদা হন্না হন্না ফুৎলগা শেমদোকপদু থকপা হীদাকনি।

ঘৃতকুমারী — তোলা ৫
হিং — তোলা ২½

খোইহি মতিক চানা—গুলি ২৫। নুংদাংব্রাইবম গুলি অমা চাবা। হীদাক অসি পুক শাওগত্তুনা অমসুং কাংখত্তুনা খোং হাম্বা য়াদবা মীতাগীদমক্তা য়াম্না কান্নগনি।

কফোই

সংস্কৃতঃ দরিম্বফলঃ হিংঃ অনারঃ বাং দালিম্ব

English - Pomergranate

মকু, মরাগী মকু অমসুং কফোইগী মতোংদা Liquid, 'alkolid' অমসুং punico - Tannic Acid য়াওরি।

মহৈগী মকু অসি য়াম্না মপাঙ্গল কনবা সঙ্কোচনাকাবী (Astrigent) ওইবা হীদাকনি।

লোং মপাল

হিং: সং: বাং:=লবঙ্গ

চামগী মনুংদা ৫০% টেনিক এসিড (Tannic Acid) মদুবু Catech lannic, মসি সঙ্কোচনাকারী অমসুং বলকারীনি।

হিদাক—কফোহ— মকু—তোলা ১

লোং মপাল— ১/১০ তোলা

ঈশিংনা শরূক ১০ হাপলগা পুং অমা ফানা ফুৎলগা খোং হান্বা অমসুং তীল মচা (Tape worm) ফগনি।

নিংথৌ খোংলী

TINOSPORA CORDILOLIA

সংস্কৃত—গুরুচিঃ বাংলা—গোলঞ্চঃ হিন্দী—গিলোই

মণিপুরগী মফম অয়াম্বদা হৌই। মনা মরী ওইনা শিজনগনি। কালেন্দা হেক্লগা লিহৌগনি। হীদাক অসিদা অখাবা শরুক য়াওরিবদু Berberine Tincture Tinosporoe কৌই।

মাত্রা—৩০, ১০, ৬০ মিনিমস নত্রগা ড্রাম ২-৩ ঈশিং অমসুং শঙ্গোম।

কান্নবা—ঈশিং পৌহল্লি, ঈ ফগৎহল্লি, বীর্য্য বর্দ্ধকনি। চাকখাওগী অনাবা ফহল্লি, অরুম লাইহৌ ফহনবা, (অন্তরস্নিগ্ধকারী) হকচাং মনুংদা মেংহল্লি ফীরাক ফত্তবা ফহল্লি।

১। হীদাক—নিংথৌথোংলি মরীগী মকুপ শরুক ১০০ ফীদা নিকথোকলগা শরুক ১৭ চিনি খোইহী ১সুং ঘীগা মোদক শেমদুনা চাবা কান্নগনি। (ভাব প্রকাশ)

২। হরিতকী	—	১ শরুক
শিং	—	১ শরুক
উচিথি	—	১ শরুক
নিংথৌখোংলি তিংবগী মহী	—	৪ শরুক
ঈশিং	—	১৬ শরুক

শরুক মরী কংশন্না ফুৎলগা চিনিনা শরুক ৮ হেন্না হাপলগা মোদক শাবা য়াই।

নুমিৎ খুদিংগী ড্রাম ৩।৪ চারবদি অরিবা লাইনা ফৈ। চাওবং—শকথি

৩। মরী মকক মকক ককতুনা কুপহল্লগা ফুৎলগা মনিংদা ফমহনবা "পালো" শেন্বা য়াই। মাত্র ১০—৩০।

৪। Tincture শেম্নবা নিয়ম- মরী অউন্স ৪ proofsprit নুমিৎ ৭নি তিংলগা চুমথোকপা। মাত্রা ১—২।

৫। নিংথৌখোংলি	—	১ দ্রাম
ফদিগোম মরু	—	১ দ্রাম
যষ্টি মধু	—	১ দ্রাম
হোপ	—	১ দ্রাম
ঈশিং অশাবা	—	১০ আউন্স

পুং অমা তিংলগা চুমথোকতুনা থকপ। মাত্রা—আউন্স অমা নোংমদা অনিরক।

মথক্কী হীদাক অসিনা অরূম, লাইহৌ, পুক নুংশিংকাবা হ্কচাং চীক খোৎপা ফগনি।

৬। অপাং অপোমদা, মনা মৈদা য়াইরগা থোম্বা ফগনি।

৭। নিংথৌখোংলি মরী ২ আউন্স ঈশিং অইংবা ২০ আউন্স। পুং ৪ তিংলগা - নোংমদা আউন্স অমা শিজন্নবা। ঈশিং- আউন্স ২০।

৮। নিংথৌখোংলি — ১ দ্রাম
উচিথি — ১ দ্রাম
দালচিনি — ১ দ্রাম

আউন্স ১০ দা ঙায়বা ফাওবা ফুৎলগা নোংমদা ৩ লক আউন্স ১১ থকপা ফৈ।

৯। নিংথৌখোংলি — ১ দ্রাম
চিয়াইটা — ১ দ্রাম
শিং — ১ দ্রাম
উচিঠী — ১ দ্রাম
দালচিনি — ১ দ্রাম

ঈশিং আউন্স ২০ মহী তংখাই অমা কংশন্না ফুৎলগা থকপা। অরুম হৌরুরগা মশা শোম্থবা অদু কনখৎহল্লি, অমসুং মথক্কী লাইনা পুম্ন মক ফহল্লি।

অৱাথবী

CARICAPAPAYA

হিন্দী—পপিটা, বাং:- পেপে, ইংলিশ—Papaya

অমুনবা- Yellow, Resin, মহাও- Pectin, চিনি - Albuminoids, citric, Malio, tartaric Acid dextrin, য়াওরি।

অশংবদা, মখোম অমসুং মরুদা নুপীগী থা লাক্তবা ...তুগী দোষ পুম্নমক মাংহল্লি, অমসুং তিলগী লাইনা মাংহল্লি। খোংহাম্বা নুংঙাইহল্লি অমসুং ঈশিং পৌহল্লি। হকচাং কনখৎহল্লি। অৱাথবী মখোমদা enzyme য়াওবনা চনাং উনশা অথোৎপা শা ঙাগী প্রোটিন তুমহল্লি।

১। হীদাক ওইনা অৱাথবী মখোম মৈদা অমসুং নুংশাদা কংহল্লগা গ্রেন ২ দগী ১০ ফাওবা শিজন্নবা ফীরাক ফত্তবা অমসুং পুক নাবদা ফহল্লি। অদুগা লাইকোইনচিংবদা থাওগা তৈমিন্নবা ফগনি।

২। অৱাথবী সবের্বাৎ—মমুন ফানা মুল্লবা অদু মরু লৌথোকলগা শঙ্গোম খোইহী চিনিগা পীথকলগা কান্নবা ফংগনি ।

৩। (পেপোন Papain)—অশংবগী মখোম চাকখাও চাফৎপা গ্লিসরিন অমসুং Hydrocloride Acid তা মাত্রা ৩০।৪০ ড্রোপ য়াল্লগা শেম্বা য়াগনি। অৱাথবী অমা তকখাইরগা মৈদা শাহল্লগা অপোম্বদা থোমলবদি অপোম্বা ফৈ।

চহুই

CASSIA FISTUEA

সং=সুবর্ণক, আরগ্বথ, হিঃ—আভলাটাস, বাংলা—সোন্দাল

ইংলিশ—Inidan Laburnum

শিজন্নগদবা- মনপ, মহৈ, মকুগী মবা, মপাল চাং (মাত্রা) মরুগী মকু ৫- ১০ গ্রেন। মহৈগী মনপ ২ - ৪ আনা, জোলাপ ওইনা শিজন্নরগা ½— ১ তোলা।

কান্নবা—

১। মহৈগী মনপ—অথোইবা জোলাপনি। গ্রেন ৩০ - ৮০ ফাউবা শিজন্নবা য়াই।

২।

চহুইগী মরাগী মকুপ	—	গ্রেন ৬৪
ফিটকিরি	—	গ্রেন ৬৪
হরিতকী	—	গ্রেন ৬৪
উচিথি মরূ	—	গ্রেন ৬৪
শেম্বাং কাওথুম	—	গ্রেন ৬৪

ঈশিং তোলা ৩২ দা হাপ্পুনা মুন্না শরুক মরি থোকপগী অমত্তা ঙাইব ফাউবা ফুৎলগা থকলবদি অফবা জোলাপ অমা ওইবে। মসিদি থিরিং দা মহাও লৈবমখৈ মাংথোকহল্লি। মসিবু বৈদ্য শাস্ত্রন অরিগ্বধাদি ক্কাথ কৌই। (শার্ঙ্গধর)

৩। মাই নাবনচিংবা (Facial Paralisis) তা মনা শুগাইরগা থোম্বাকান্নে।

৪। পৈ তাবদা, ফীরাক—তাবদা অমসুং হকচাং পোমবদা চহুই মপাল তোলা ১ লুপা হীদাক মৈদা পোকপা মাষা ৩গা ঈশিং য়াউম অমদা হাপতুনা অয়ুক অমুক নুংদাংৱাইরম অমুক থকপা কান্নে।

৫। ফুগ্রী, অপাৎ অনোম, খুইং অমসুং কুষ্ঠ রোগতা মরা, মকু, মনা লৈ অমসুং মরূ অমসুং (মরূদা পকলিবা মনপ) অদু ঈশিংদা তকলগা থোমলবদি ফৈ। ঈরু মাইথজবা অমসুং থকপা চাবা পুম্নমক্তা কুষ্ঠ রোগ পকপা মী অমনা শিজন্নবা কান্নে। মরাগী মকুগ ঘীগা ঙৌরবা হীদাক চারগ অমুক্কা হেন্না কান্নগনি।

৬। চহুই মপাল সের মখাই অমা নুংদা নিংথিনা তক্লগা চিনি অঙৌবা সের অমা য়ানশল্লো। অমসুং নিংথিনা তকতুনা মচু নাপু মানহল্লো। ধুপ মকুপ শেম্ব গুমনা নিংথিনা তকলো।

চাং - অপিকপ অঙাংদা	মাষা ৪ - ৮
নুপী নহাদা	তোলা ১ - ২
নুপা অকনবদা	তোলা ২ - ১০ ফাউবা

হীদাক অসিনা থি য়ুং অমসুং নুংশিৎ থিংগৎখিবা য়াম্না থুনা ফহল্লি। লোক লাইহৌ পহল্লি। মীরোনবী ফাউবা শিজন্নব য়াই। নুংদাং তুমলমদাইদা তোলা অমা নত্রগা তোলা ২ ফাউবা চারগা শঙ্গোম অশাবা থকলবদি অয়ুক খোং নিংথিনা হামদোকই।

হনুরৈ (মচু অহুম)

MUSSAENDA FRONDOSA LINN

সং—শ্রীবস্তি, বাং—নগবল্লী

শিজন্নগদবা-মরাগী মকু, মনা ।

১। কঙ্কন দেশতা মসিগী মরা ½ তোলা শল মযুংগা তকলগা লাইথুং অঙৌবদা তৈদুনা শিজন্নে।

২। মনাগী মহী তোলা—১ গী শঙ্গোমগা শিজন্নরবদি মিৎ নাপু কাবা হকচাং নাপু মানবা ঈশিং চৎপদা নাপু চৎপা—কামলা ফহল্লি।

৩। মনা অমসুং মরা শুগাইরগা থোম্বা লীন চিকপা ফৈ।

ওইনম

PAEDERIA P. Foetida Linn

সং—প্রসারিণী, বাং—গন্ধ ভাদুলিয়া, হিঃ—গন্ধালি

১। হীদাক ওইনা মনা ফুৎপগী মহী থকপা অশোনবা মীগী মপাঙ্গল কনখৎলি। বাতরোগকী ফরবা হীদাকনি। হকচাং শিথবা, তাং তাংদা নাবা শজিং হৌগনবা ফৈ।

অপরাজিতা

CLITORIA Linn

সং—অশ্বভরা, বাং—অপরাজিতা, হিং—বিষ্ণুক্রান্তি

১। অপরাজিতাগী মরাগী মকু শলগী ঘীগা তকলগা খৌরি পোম্বা অমসুং ঘী ফহল্লি।

দালচিনি (উশিংস)

C. Zeylani cur B I

সং+বাং—দারুচিনি।

চাং – মকুপ ১–৪

১। দালচিনি ড্রাম ১, হরিতকী ড্রাম ৪ ঈশিং আউন্স ৪ দা মিনিট ১০ ফুৎলগা থকউ। য়ুম্বাল্লোনগী কান্নরবা হীদাকনি। কামগী শক্তি হেনগৎলি।

২। শিং, দারুচিনি, এলাচি শরুক চপ মান্নহল্লগা তকখাইরগা চাক চাদ্রিঙৈ মমাংদা চামচ ১।১ চাও চাবা তুমগনি।

তেরা

BOMBA X Linn

সং—মহাবৃক্ষ; হিং, বাং—শিমুল

তেরা অঙৌবা অমসুং অঙাংবা মখল ২খক মণিপুরদা হৌই। পাম্বী মচাগী মরূ ফুকলগা শুগাসদুনা উরূমদা কংহনগনি। মাত্রা—ড্রাম ২ শঙ্গোম নত্রগা মাখলগা শিজন্নবদা ফম্বী ফৈ। (ভাব প্রকাশ)।

লশীং পাম্বী

Gossypium Linn

সং—কার্পাস, বাং—তুলা, হিং—রুই

১। লশিং মরু তকখাইরগা শিং অমসুং ঈশিংগা য়ান্নরগা তৈরবদি অণ্ডকোষ তুরুম পোমদুনা নাবদা তৈবা কান্নে।

২। লশিং মরাগী মকু অমসুং মরু অনিমক নুপীগী ঈ থিংগৎপা ফহল্লি।

৩। মকু আউন্স ৪ ঈশিং পোইন্ট ২ দা মুন্না ফুৎলগা তংখাই অমত্তা ওাইরবা মতমদা থাংথরগা আউন্স ২ মিনিট ৩০।৩০ গী মনুংদা অঙাং পোকপদা ফৈ। (Ind. Med Gar. 1884)

তেলহীদাক

Plumbaco Linn

সং হিং—চিত্রক, অগ্নিশিক্ষা, বাং—চিতা, ইং—Lead wort

শিজিন্নগদবা শরুক–মরা অমসুং মরু মাত্রা (চাং)–¼–১ আনা।

১। মরু নুংদা তকলগা তৈবদা অপোম্বা থুনা পোকখাইগনি।

২। তেলহীদাক মরু, শামর, হরিতকী, উচিথি ময়াম অইসি নিংথিনা লৌরগা তকখাইরগা গ্রেন ৪০ নুমিৎ খুদিংগী চারবদি চাব তুমদবা অশিনবা কাবা, পুকথিনবা ফৈ।

৩। মীরোনবী নুপীদা পীজবা য়াদে। পীজরবদি অঙাং য়ৈথে।

৪। মখোম তৈরগা অপোম্বা অমসুং অপাৎপা থুনা ফৈ। লাইথুং অঙৌবদা শিজিন্নবদা কান্নবা ফংই।

শীঙ্গারৈ

GENUS-NYCTANTHES LINN

সং=সেফালিকা, হিং=হরসিজঘর, Eng - Night Jasmine

শিজিন্নগদবা - মনা, মরু অমসুং মকু।

চাং– মনাগী মহী–তোলা ১–২। মকু অমসুং মরু ফুৎপগী মহী –৫–১০–তোলা।

১। মনাগী মহী অমসুং খোইহিগা চারগা লাইহৌ ফৈ।

২। মরাগী মকু নত্রগা পাম্বীগী মকু শিজন্নরগা খ্বাং নাবা অমসুং ফৈবাক চিকপা (Siatica) গী ফরবা হীদাকনি।

৩। মনাগী মহী অমসুং চিনিগা শিজন্নরবদি তীল অচৌবা মাংথোকই। মসি Santonine গী মহুত্তা শিজন্নবা য়াই। (B.D.B.)

৪। শিঙ্গারে মরু তকখাইরগা কোক্তা তৈরবদি লুপৌ ফহল্লি।

কুথাপ—(অঙৌবা)

CLERODEN DRON LINN

সং—ঘণ্টাকন, হিং—ভট, বাং—ঘেটু

শিজিন্নগদবা—মনা অমসুং মকু।

১। মনাগী মহী অমাং থোংদা পিচকারী কাপশল্লবদি তিন মচা (Thread Worm) ফাইদোকহল্লি অমসুং শিহল্লি।

চরোই তোং

C. Siphonan thus. R. Br.

সং—ব্রহ্মযতিক, বাং—বামুনহাটি; হিং—বারাঙ্গী

১। মরূগী মকুম, শিং অকংবা মকুপ, ঈশিংদা ফুৎলগা থকলবদি লোক ফহল্লি। (চরক)

২। পাম্বী মকুগী মকুপ - খোইহি অমসুং ঘীগা শিজন্নরবদি শ্বসরোগা -

(শোরগী লাইনা - হারা কংখুনচিংবা) ফহল্লি। (চরক)

৩। মরূগী মরা চেংহিদা তকলগা তৈরবদি ঙাক্তা ঘী থুংবা ফহল্লি।

লীনমরৈ

OLDENLADIA. LINN

সং—ক্ষেত্রপর্পটি পর্পট, বাং—ক্ষেতপাপড়ুণ, হিং—পিত

শিজিন্নগদবা - মশা পুম্নমক। মাত্রা- তোলা- ৫- ১০ ফাউবা।

১। বায়ু, পিত্ত ফহল্লি। শিংলি শোনবা ফহল্লি।

২। পেরুক মহীগা শিজন্নরগা অরুম লাইহৌ ফৈ।

৩। মৈনা পোকপদা শিজন্নৈ।

কৌরু য়াই

T. CORDATA RO

সং—বিদারি, বাঃ—ভুইকুমড়া

১। মরূ অদু হকচাং কনখৎপা অমসুং ফগৎপা হীদাকনি।

২। মরাগী মকুপ- ১০ গ্রেন চাংনাইনা চারগা ফীরাক পৈ তাবা, চাক খাও চাওথোকপা ফৈ।

৩। মরা থাওগা তকলাগা তৈরগা কুষ্ট ফহল্লি।

লৈপাক—কুন্দো

PORTULACACEAE

সং—লোনিকা, বাং—কড়নুনিয়া

শিজিন্নগদবা—মশা পুম্নমক

১। গণারিয়াগী ফরবা হীদাকনি।

২। মরু ইতোল ফাইবা ফহল্লি অমসুং তীল শিহল্লি। ফরবা হীদাকনি।

৩। মনা চাবা—ফীরাকনাবা অমসুং চিনয়া শোকপদা ফরবা হীদাকনি।

মুকথুরুবি

ZANTXOHYLON ROXB

সং—তত্তুম্বরু, হিং—তেজবাল, বাং—নেপালীষনে।

শিজিন্নগদবা - মরুগী মকু, মরু অমসুং মকু।

১। মরুগী মকুদি পুকচৎপা অমসুং লাইহৌ অমসুং অসিনবা ফাবদা শিজন্নে।

২। লোক থুংবদা উমলগা খৌনাও নাবা ফৈ।

৩। মরুগী থাওদি পোকহৌবা অমসুং কোককী লাইনা পুম্নমক ফহল্লি।

গুঞ্জ- মালা

Abruss Linn

১। চনিং তকখাইরগা তৈবদা কোক তাংবা ফৈ।

২। ঋতু মতমদা নোংমগী গুঞ্জামালা মরু ৪-৬ চারবদি মচা পোক্তে। (ভারতীয় বনৌষধি)

৩। হকচাং চিকখোৎপদা মরু তকখাইরগা হংগাম থাওদা হাপতুনা মালিশ তৌবা কান্নে।

য়েংগদবা = মখল অমগী হুনি।

মনাহীদাক

Coleus Lour

সং, হি—পাষানভেদী, বাং—পাথরচুর

শিজিন্নগদবা - মনা

১। মনাগী মহী থকপা লমহুল ফৈ। অশিনবা কাবা চাব তুমদবা ফহল্লি।

২। মহ পানবনা চিকপদা তকখাইরগা থোম্বদা অনাবা মাংহল্লি।

তেংনৌ

Opuntia Tourn Ex, mill

সং—নাগফনা, ফনিমনসা। হিং—নাগফনি।

১। মশাগী মহি মীরোনবীনা লোকথুংদুনা থবাক ফুনবদা শিজন্নবা কান্নে।

২। মখোম ড্রোপ ১০ দং চিনিগা য়ানদুনা থকলগা মাংবা য়ৈখৎপা ফৈ।

হৈনজোম

A Carambola linn

সং—কর্ম্মরঙ্গ, বাং—কামরঙ্গ, ইং— Chinease Goosberi

১। হৈনজোম ইংই, ধারকনি। থুমই অমসুং হুম্মাং শৌবা লোক অমসুং বাত ফহল্লি।

২। হৈজীং ফারবগী মহী থকলগা নুংশং ককলাই ফহল্লি।

৩। মপালনা লেংবা ফৈ।

৪। শুনুদা শুমজল্লগা শুনুগী ময়াক মাংই।

লম হৈজাং

G. Pentuphylla Corr.

সং—শাঘোট, বাং—আশসেত্তরা, বননেবু

১। মনাগী মহী ঘীদা ঙৌরগা সনাহিদাক চাদুনা পাৎপা পোম্বা ফৈ।

২। গে লমরিচ মকুপ মহৈগী মহি চাং মান্নহল্লগা চেদা ঘী তৈরগা কংহল্লগা মহৈগী মতোক তৈদুনা কংহনগনি। মদু চরুট শাদুনা থকলগা খৌনাও চাফাৎপা অমসুং পোম্বা ফৈ।

লৈপুং খাংগা

S. Xanthocarpun Sch.

সং—ব্যাঘ্রী, বাং—কণ্টিকারী, হিং—কটেরী

ইংলিশ—Wild Egg-plant

কান্নবা - মরূ লোক ফহল্লি। হারা, লোক লাইহৌদা কান্নে।

১। লৈপুং থাংগা অমসুং শিং খাংগা ২মক্কী মরূ তকখাইরগা নুমিৎ ৭নি থকলবদি লমহৃনগী নুং মচেৎ মচেৎ তাগনি।

শিং খাংগা

S. Indicum Linn

সং—বৃহতি, বাং+হিং—বৃহতি

শিং থাংগা মকুপ, শিং মকু চপ মান্নহল্লগা নাতোন্দা চিংশল্লগা অনাবা জ্বান তাদবা হাকথি খল্লগা তারকই।

মোনশাওবী

Chenopodium Linn

সং—বাস্তুক, হিং—বর্থুৱা, বাং—বেতোশাক

শিজিন্নগদবা - মনা অমসুং মপাল।

১। এনসাং ওইনা চারগা ফীরাক অমসুং পৈগী লাইনা ফহল্লি।

২। থা অনি চুপনা অয়ুক অমুক নুংদাৱাইরম অমুক চারগা সাজনা মরুগা সলফেট অফ কপার (Sulphate of copper) গা নুমিৎ খুদিংগী তৈরবদি লাইথুং অঙৌবা ফগনি। (Miracle of Indian Herbs Page 244 by - Kj, Dr. G.S. Varma 1)

হুগী জাৎ

উতোংলৈ

THEVETIA JUSS

সং—পীত করবী, বাং—কলকে ফুল

ইংলিশ—Yellow oleander

১। মরুগী মনুংদা য়াওরিবা মতোং অদু হুনি। চাকুরগা খোং খুৎ চিংশন্দুনা থোপ অমসুং চাকখাও থুনা শোকই। মমৈদা শি।

২। মকুপ সিনকোনাগুম্না অরুম লাইহৌ ফৈ। য়াননা চারবদি হু কাই।

শগোলহীদাক

DATTURALINN

সং—ঘন্টাফুল, বাং—ধুতুরা, হিং—সফেদ ধুতুরা

১। মরু অমসুং মনা চাবগা কোক ঙাওই।

২। য়াইঙং অমসুং শগোলহীদাক মনা শুরগা থোম্বদা খোমগী অনাবা ফৈ। (ভাব প্রকাশ)

৩। শগোল হিদাক্কী মনাগী মহি রস ৫ বিন্দু ঘোলগা লোয়ননা শিজিন্নদুনা তিল শিগনি।

৪। মপাল কাংহল্লগা ফৌদোকপদা চুরুট কুমনা থকলগা শোর হোনবা ঙমদবা খেবা ফৈ।

শগোলহীদাক অমুব

D. Fastuosa Linn

সং—কৃষ্ণ ধুতুরা

১। মসিগী মরুদি হুনি। কা হেন্না চারবদি থব্রাই ফুবা মাংই।

২। মনাগী মহি নাকোংদা ফোটা ২দং থাদরবদি নাকোং নাবা ফৈ।

অঙ্কোং

C. Procerera R Br

সং—অক- আকন্দ, বাং—আকন্দ, হিং—মাদার Eng Madus–

অঙৌবা অমসুং অমুবা মখল ২দি মণিপুরদা ফংই। কান্নবা—উনশাগী লাইন চাক—খাও চাওথোকপা, তীলূ ফাইদোকপা ফহল্লি।

১। অঙ্কোং মনাগী মহী য়াইঙংমকুপ হাংগামথাওদা নীংথিনা পাক তৌরগা শিজিন্নববদি উনশাগী লাইনা অয়াম্বা ফৈ।

২। অঙ্কোং মখোম কংহলদুনা - - কুপহল্লগা য়াইঙং মকুপ য়ানশল্লগা তৈরবদি থরোইকুপ অমসুং লাইচাক ফৈ।

৩। মরাগী মকু অমসুং মখোমনা কুষ্ঠ অমসুং টাক্কীদা কান্নে।

কবিরৈ

NERIUM SOLAND

সং—করকী, বাং হিং—কানের Eng Rosecerry Sprne

১। মীতৈ মাইবনা মরা তকলগা অপোম্বা হমজন্নবা তৈনৈ। মদু—চন্নবা—ঘী—তৈরগা শাবা—ফৈ।

২। মনাগী মহীনা লীনচিকপা মহু পানবনা চিকপা ফৈ।

কেগে মানবী

CROTON LINN

বাং—সং,—জয়পাল, হিং—জামাল পোটা

১। অকনবা জোলাপনি মরুগী মতোং হকচাংদা তৈবদা উনশা নাপু মানদুনা পোমখৎলি। মহু কল্লি। মরুগী মতোং তংখাই অমা চাবদা খোং য়াম্না হামগনি।

২। শোধন তৌদনা শিজন্নরবদি য়াম্না খুদোংথি। মহু চম্নবগীদমক্তা এনশিল মহী শিজন্নরগা ফগনি।

৩। য়াং চিংবা, শারৈ, জ্ঞানমাংবা অমসুং খোং খুৎ পংথবদা কনা কাগুম্বা বৈদ্যনা শিজন্নে। তীল ফাইদোকহনবদা অফবা হীদাক অমা ওইরবসু পাক হেক শিজন্নবা ফত্তে।

আন্নাকেগে

Jatropha Linn

সং—কানন এরণ্ড, বাং—বাগা ভেরেন্দ,

ইংলিশ—Physic Nut Plant

১। মখোম অমসুং মহৈ হু মখল অমনি। চারুরগা খোং হাম্মী।

২। মখোম অদু অপাৎ অনোম, পুগ্রীদা শিজন্নে।

৩। মশাদু য়াখিনজৈ ওইনা শিজননরগা চিন শেংই অমসুং য়ারি য়াখোং নাব ফৈ হায়না থাজনৈ।

৪। খোম থোক্তবা নুপীদা মনা মৈদা য়াইরগা খোমদা হীগা য়ৈনৈ।

৫। মখোম অদু ফীনুংগী হকচাংদা চাফাৎপা অমসুং অনোমদা য়াম্না কান্নে, অমসুং ঈ থোকপা খকহল্লি।

৬। মরুগী থাও ড্রোপ ১০ দগী ১২ ফাউবনা খোং য়াম্না হামদোকই।

৭। খ্বাং নাবা হকচাং চিকখোৎপা অমসুং উনশাগী লাইনাদা শিজন্নগে হায়রবদি- হংগাম থাও অশেংবনা শরুক অনি অহুম হেন্না য়ানখাইরগা শিজন্নগনি

য়েংগদবা ঃ- কেগে মানবী চাকুবর্বদি শুনুগী ঈরু থকলগা মহু চম্মী।

কেগে

Ricinus Linn

সং—এরণ্ড, বাং হিঃ—রেডি, ইংলিশ—Castor oil plant

১। কাষ্টর ওইল অকনবা জোলাপনি।

২। শিং মহীগা কেগে থাওগা থকলগা পুকথিনবা ফৈ।

চাং - থাও ২½-৪ তোলা।

চেংক্রুক তিংখং পান্দবী

A. Tristis Linn

সং—তগুলীয়, বাং—চাপানচে

হিদাক ওইনা - মসিগী মহী অমসং গুগাইবগী মকুপ খোইহিগা থকলবদি প্রদর রোগ (ফীঙৌ চৎপা) লাইনা ফৈ।

১। চেংক্রুক্কী মরূগী মহীগা খোইহিগা থকলবদি উচিগী হু কাবা ফৈ।

২। রক্তপিত (ঈ শিংপা) চেংক্রুক থোংদুনা চারগা ফৈ।

চেংক্রক তিংখং পানবা

সং—মারিষ, বাং—কাঁটানটে, হিং—কাঁটিদার

১। ঈশিং পৌহনবা হীদাকনি। মরূ অমসুং মরানা ঈ হাথবা অমসুং গণোরিয়া ফৈ।

২। মশা পুম্নমক লীন চিকপা ফৈ।

৩। মরূ শুগাইরগা থোম্বদা খুজিল লাইখুল ফহল্লি।

ঈশিং এনশাং

Marsila quardifolia Linn

সং—সুমিষণ্নক, বাং—সুষণি- শাক

১। হীদাক ওইনা মনা চারবদি তুম্বা য়াদবা তুমই। (সূশ্রুত)

২। ঈশিং এনশাং ঘীদা ঙৌদুনা চারগা ঈ শিংপা ফৈ।

৩। থুম থাক্তনা ঈশিং এনশাং থোইদিং থাওদা ঙৌদুনা চারগা খুকউ শিথবা ফৈ।

কোম্প্রেক তুজোম্বী

Enhydra Lour

সং—হিলমোচিকা, বাং—হিংচা, হিং- হরহুচী

চাং- মনাগী মহী তোলা ১—।

১। চাব তুমদবা পুক্কী লাইনা পিত্ত ফহল্লি। ফীরাক নাবা ফৈ।

২। কোম্প্রেক তুজোম্বীগী মনাগী মহীগা নিম মবাগী মহিগা থকলবদি লাইথোকপা ফৈ।

চেংগুম পাম্বী

Solanum Linn

সং—কাকমাচি, বাং—গুডকামাই, হিং- মাকোই

১। আয়ুবের্বদ শাস্ত্রন মসিবু পাঙ্গল হাপ্পা ঈশিং পৌহনবা হীদাকনি হায়না লৌই।

২। চেংগুম মনা ঘীদা ঙৌবগা থোম্বদা অপোম্বা ফহল্লি।

৩। ফীরাক তাবদা ছটাক ৩দগী পৌব্রা অমা ফাউবা চেংগুম মহী থকলবদি ফীরাক তাবা (চাওথোকপা) ফৈ।

৪। মরুদি হুনি।

৫। মনা শাহল্লগা হকচাংগী থাও (তুরুম) পোম্বদা থোমলবসদি চিকপা শাব ফহল্লি।

৬। মনাগী ক্কাথ অমসুং অবিষ্ট থকলবদি হকচাং পোমখৎপা ফৈ।

পাইরক পাইথু
(Accident)

ঈ থোকপা ঃ- থাং তেন্না শোকপা, খুদিথিবা কোক কাইবনচিংবা তৌদুনা ঈ থোকলবদি ঈ থোকলিবা শরুক অদু ব্রাংখৎহনদুনা থমগনি। ঈশিং অয়িংবা অমসুং বরফ লুপ্পা লশিং নত্রগা অরুবা ফী থোমজনগনি। ঈ থোকলিবা অদুগী মথক খরা থম্মোয় (Heart) লোমদা কাখৎলগা কন্না পুশিনগনি। নত্রগা কন্না খুৎনা পাইশনদুনা থমলগা ঈ খক্কনি। তিংথৌ মহী তুলসী মনাগী মহী; শন্নারৈ মনাগী মহী থোকলগসু ঈ খকই। টিংচর আইওদিন মশক খংনরবা কান্নরবা ঈ খক্লবা হীদাকনি।

নাহি তাবা ঃ- নাহী তারবদি খৌরিদা লেংজুমদা ঈশিং অয়িংবা থোমউ। নাতোন্দা ঈশিং অয়িংবা চিংশিল্লু।

মৈ পোকপা ঃ- মৈনা পোকপদি ঈশিং অয়িংবদা তিংলবা মান্নন ফবা লৈতে হায়বা য়াই। কনাগুম্বনা ঈশিং হানগনি হায়না চিংনবদু অরেম্বনি। হন্না ঈশিংদা মৈশা কোকত্রি ফাউবা তিংলগা মথন্তা অদুম ফজে।

(১) অলু শিৎলগ থোম্বা মৈশা কোকই।

(২) খোইহি তৈরগসু ফৈ।

(৩) য়ুবীথাও অমসুং শুনুগী ইরু অনি তিন্নরগা শেম্বা মলম তৈরগসু ফৈ।

মমু পানবনা চিকপা ঃ- মি, তীল কাংনা চিকশ্লবদি মহু লৌথোকলগা চনম নত্রগা তিলহৌ মহী তৈশল্লু। পেরুক মহী হঙ্গামথাও শম্থি পাংখোক্কী মকা মনপ তৈরগসু ফৈ।

হু চারুবা ঃ- ঈশিং সের অমদা থুম ছটাক অমা নত্রগা হঙ্গাম মরু মকুপ ছটাক অমা য়ানশন্দুনা পিথকউ ওথোরক্কনি।

(২) ঈশিং অশাবনা অমাংথোংলোমদা এনেমা তৌগনি।

(৩) ফিটকিরি (Alum) ড্রাম ৩ চিনি য়ানবা ঈশিং আউন্স অমদা মিনিট ১৫।১৫ দা পিথক্কনি।

(৪) ঙস্বমখৈ থুনা চাকখাও তেংথোকনবা হোৎনগনি। শঙ্গোম বালি মহী লাংনা শঙ্গোম পিথকপা য়াই।

লিল চিকপা ঃ- চিকলিব মফমদগী খরা কাখৎলগা হু কারক্তনবা কন্না পুনশল্লু। অদুগা মফম অদু থাংনা ঈঞ্চি ½ পাকনা ইঞ্চি ½ লুনা অমা কোৎথোকতুনা ঈ নিংথিনা থোকহল্লগা পারমেঙ্গানেট ওফ পাটাস খরগা ঈশিং খরদং হাপতুনা নোইরগা মচু শংঙক্কনি। ডাক্তর খানা অনকপদা থুনা পু। খুদোং চাদবা মফমদা ওইরগা তিলহৌ অমসুং থুম শুগাইরগা থোমউ।। মচু শংজল্লকনি অমুক অনৌবা থোমউ। অসুমনা তোইনা তোইনা তৌগদবনি।

(১) লফু মহী সের অমদা গোলমরিচ মরু ৩ তোলা ৩ য়াল্লগা থকউ।

(২) হুম্মাং ঙাস্থোকপা (Steam bath) মিনিট ২৫ তৌবা কান্নে।

য়ুমগী হীদাক খাও

SELECTED HOME REMEDIES

১। গোলমরিচ (কালামরিচ) মকুপকা সিতামিশ্রি মকুপক্কা চাংমান্ননা তিন্নরগা—ঘী খরা য়ানশন্নরগা গুলি মচা মচা থোকনা শারগা থমউ। —লোক কংখু অমসুং থবাকনাবদা উমলগা—য়োংশল্লু। মসিবু স্বামী শিবানন্দজীনা পেপর লোজেনস (Pepper Lozenges) কৌই। (Home Remadies by Swami Sivananda)

২। শুনুগী ইরু কারকপদু ড্রোপ (ফোটাতপ তপ তাবদু) ১০—১২ ফাউবা ঈশিং গিলাস অমদা য়াল্লগা নোংমদা ৪ রক পীথকপা অমসুং লশীংদা শুনুগী ঈরু অদু লুপশল্লগা ঈ হাথবা মফমদা নমশনদুনা থমলগা—নোংমদা ৩/৪ রক ওন্দুনা থোম্ব—। মসিনা নুপীগী ঈ হাথবা অমসুং ঈ—থোকপদা কান্নে। (Home Remadies by Swami Sivananda)

৩। শঙ্গোম অফম্বগী মপং অদু ফীদা য়োমলগা য়ানদুন থমউ। ঈশিং মখৈ তাহনখ্রগা তলদৌনা শারগা—খোইমহুমদা থোমউ।

৪। হংগাম থাও অশেংবদা করপুর খরা শৌদোকহন্দুনা নৈখাইরবা থমউ। মৈদা শাহল্লু। খ্বাংনাবা, তাং তাং নাবা, লু য়াং চিকপা ফগনি। নুপীগী খোমদা তৈরগা খোম থোকপা লেপখিগনি।

৫। করপুর—১ তোলা,
তিসিথাও- ৫,—তোলা

য়াল্লগা হকচাং চিকখোৎপা অমসুং পংথবগীদমক্তা হকচাংদা তৈবদা কান্নরবা হীদাকনি। মথক্তা তাকত্রিবা চাং অসিদা কানি ½ গ্রেন য়াল্লবদি অমুক্কা হেন্না কান্নবা ফংগনি।

৬। খোং হান্বা য়েখৎপগীদমক্তা খ্বাইদগী হেন্না হকচাং শোক্তবা অমসুং শিজন্নবদা নুংশা থিফম লৈতবা হীদাক অমদি সোনামুখিনি। নুপী, নহা—অঙাং মীরোনবী, অহল, অশোনবা মী ফাউবা শিজন্নবদা থোইদোক্লা কিফম লৈতে। তৌইগুম্বশুং খোমনৌবী নুপীদা পীথকপদি কয়া পাংদে। খোম অদু—থকলুরগা অঙাং মখোং হামগল্লি—অমসুং পুকথিনগল্লি। শঙ্গোম অমসুং চিনি নত্রগা মিশ্রিগা ফুৎমিন্নদুনা চাগুম্লা লোনব য়াই।

(ক) সোনামুখি মনাগী মকুপ - ৩ তোলা—
শিং মকুপ - ১/৪ পিং—

ইশিং অশাবা পৌৱা মখাই অমদা পুং অমা হেননা তিংলগা চুমথোকপা।

মাত্রা- তোলা- ৩দগী তোলা- ৬ ফাওবা (আউন্স ১- ২ ফাউবা)
(Home Remadies by Swami Sivananda)

(খ) নুংশং তৌবা মীগীদমক্তা—

হরিতকী— ১—তোলা
বহেরা— ১—তোলা
হোপ— ১—তোলা
শিং অকংবা মকুপ—১—তোলা
সোনংমুখী মকুপ—১/২—তোলা
সামর— ১/২—তোলা

পুল্লপ য়ানশল্লগা লিকলি মখা খরা লাউবা অমদা থমউ। তুমলমদাইদা তোলা ১/২ অমা শঙ্গোম অশাবা য়ানদুনা থকউ। বাদাম

(Reliable Home Remedies) By Dr. Chandra Chakraty M.D.P.H.D)

(গ) ফদিগোম মরু ঘীদা ঙৌদুনা তকখাইরগা মকুপ লৌরো মদুগী মকুপনা মখাগী ময়াল অসি শেম্মু।

ফদিগোম মকুপ—	২ চামচ অচৌবা	Table Spoonfull
চিনি—	২ চামচ অচৌবা	Table Spoonfull
শঙ্গোম—	২ ১৬ আউন্স	Table Spoonfull

নুংশং অমুসং চানিং থকনিংদবা ফহল্লি। ফন্বী ফহল্লি। খোং চিফেৎ চিফেৎ মাংবা ফহল্লি।

৭। হাজমী -

জীরা মরুগী মকুপ	—১ তোলা
গোলমরিচ মরুগী মকুপ	—১ তোলা
উচিথি মরুগী মকুপ	—১ তোলা
সামর মরুগী মকুপ	—১ তোলা
শিং অকংবা মকুপ	—১ তোলা
	—৫ তোলা

নীংথিজনা য়ানখাইনরগা অহলনা চামচ মচা অমা অঙাংদা চামচ ⅛ পীজরগা চাবা নীথিনা তুমহল্লি। খোং চিফেৎ চিফেৎ মাংবা–ফহল্লি।

৮। লোক্কীদমক্তা -

হোপ মকুপ	—১ তোলা
যষ্টমধু মকুপ	—১ তোলা

বাদাম মরুগী মতোং	—১ তোলা
কিসমিস	—৩ তোলা
দালচিনি	—১ তোলা
	—৭ তোলা

নীংথিনা তকখাইরগা গুলি ১২ শক থোকনা শেম্মু। নোংমদ গুলি—২=চাবা কান্নে। অঙাংগীনা গুলি ২৪ থোকনা শেম্মু। লোকখুবা, কংখু অমসুং খৌনাও মরেং মরেং চৎপা, খৌনাও ফুনবা খোল তাবা ফৈ। লোক লাইহৌদা য়াম্না কান্নগনি। (Reliable Home Medicine)

(ক) পাংগোং মরু ঈশিং তিংদুনা পোপথোকহল্লগা মনুংদাগী মরুগী মতোং লৌথোক্কনি। মদু নুংশংদা ফৌদোকলগা তকখাইদুন মকুপ লৌগনি। গ্রেন ২০ গী চাংদা নোংমদা পু- ৪- ৪ কান্নলা নুমিৎ ৩নি চারগা ক্যাস্টর ওইল ৪নি শুবদা থক্কনি। মদুনা তীল অশাংবা (Round worm) অমসুং তীল মচা (thread worm) ফহল্লি।

(খ) মোনশাওবী মরুগী থাওবু—"CHENOPODIUM OIL" কৌই।। হুকৱারম্ (Hook worm) গী ফরবা হীদাকনি। মরু তকখাইবগী মকুপ=তোলা ½ দগী তোলা১ ফাউবা শিজন্নবা য়াই।

(গ) কফোই মরুগী মকু নত্রগা কফোইগী হৈগী মকু তোলা ৪ ঈশিং সের অমদা য়াম্না মুন্না ফুৎলগা সের মখাই অমরোমদা ঙাইরবা মতমদা—চুমথোকলগা—তোলা ৫।৫ (মঙা- মঙা) পুং ৫।৫ গী মনুংদা লোয়ন্না থকলবগী তুংদা কেগেথাও

(Costor Oil) তোলা ২ থকলগা তীল অচৌব ফাইদোক্কনি।

(ঘ) তীনশিবী মরূগী মতেংসু—তীলগী ফরবা হীদাকনি।

তিনশিবী মরুগী মকুপ—তোলা ২½

গোলমরিচ মরুগী মকুপ—তোলা ২½

নীংথিনা য়ান্নরগা গ্রেন—১৫—৩১ ফাউবা পীজবা।

তীলদা নত্তনা অরূম লাইহৌসু ফগনি।

১০। মলম (মরহলম)

খোইরু অসেংবা—তোলা ৩

অশেংবা খোইহি—তোলা ১২

অহানবদা খোইরু অদু মৈতালগী মৈদা পাত্র অমা থাংগৎতুনা শৌদোকহল্লগা খোইহী য়ানশল্লু অমসুং নীংথীনা নৈখাইয়ু। ফজরবা মলম অমা ওইগনি। চাফৎপা, খুনিং কাইবা, অনাবা কয়ামুক্কী ফরবা মলমনি।

১১। লুপা হীদাক মৈদা পোকপগী মকুপ (Powder Borax) শরূক ১০ খোইহীনা শরূক ৯০ ওইহল্লগা চিন চফাৎপা লৈ চাফাৎপা, শল্লেবান, নুপীগী খোম মতোন্দা নাবনচিংবদা, খ্বাইদগী হোন্না ফবা হীদাক্নি (Home Remedies by Swami Sivananda)

১২। অংকোৎ মখোম—শরুক—১৮

থোইদিং থাও—শরুক—৮

য়াইঙং মকুপ—শরুক—১

ওইহল্লগা নীংথিনা নৈখাইরগা মলম অমা ওইরে। খুহিং অমসুং উনশাগী লাইনা পুম্নমক ফগনি।

১৩। নাকোং নাবগী হীদাক=খুজুম পেরেগী থাওগা—খড়িগা—থোইদিং থাওগা তিন্নরগা নাকোং লাইখুল অমসুং নাকোং নাবগী ফরবা হীদাকনি।

১৪। খোংহাম্বা ফগৎনবা হীদাক

(ক) হি অশেংবা —১ - গ্রেন

করপু—১

গোলমরিচ —১

আফিং—১/৪ - গ্রেন

গুলি তারগা পীজৌ। খোংহাম্বা কলেরা ডাইরিয়া ফগনি।

১৫। এলাচি মরু (এলাচি মচা) নীংথিনা তকখাইরগা লিকলি অমদা লৌদুনা থমউ মদুনা—করিগুম্বা জোলাপ চারুদুনা পুক থিনবা অমসুং য়েক্লবদি—মাত্রা=গ্রেন ১০ দগী ৩০ ফাউবা শিজন্নগনি।

১৬। পুকথিনবগী দমক্তা

(ক)	এলাচি —	ড্রাম- ৪
	জীরা মকুপ —	ড্রাম- ৪
	উর্চিথি —	ড্রাম- ৪
	শিং —	ড্রাম- ৪

নীংথিনা তকখাইদুনা তীন্নরগা অমুক চাবদা গ্রাম ৩০ নত্রগা চামচ মচা অমমম শিজিন্নরবদি পুকথিনবা, য়েকপ, চাকখাও নাবা ফহল্লি।

(Home Remedies by Swami Sivananda)

১৭। অপোম্বগী হীদাক

পেরুক মনাগী	—১ শরুক
কালি জীরা	—১ শরুক
শলগী ঘী	—১৬ শরুক

নীংথিনা য়ান্নরগা মলম শেমদুনা থমউ। ঈ শেংদুনা পোম্বা খুদিংদা ফবনি।

১৮। য়াগী হীদাক অফবা শেম্নবা পাম্বে।

তিনশিবী মরু ঙৌরগা তকখাইবা মকুপ	—৪ শরুক
কবোখজি - (খদির)	—৪ শরুক
লুপা হীদাক	—১/৪ শরুক

নীংথীনা তকখাইরগা য়াহীদাক অফবা অমা ওইরে। য়া নাবা, ঠীলচংবা, য়ারি পোম্বা অমসুং য়া নোম্বা ফহল্লি।

১৯। মেক্রুক মকুপ—নীংথিনা তকখাইরগা চিনিগা নত্রগা চিনি অঙাংবগা তিন্নদুনা পীজরগা ঈতোল ফাইবা ফহল্লি।

২০। ত্রিফলা—(বহেরা+হরিতকী+হৈগ্রু) মকুপ—

২১।

পেরুক মনা অমসুং মকা—	—মাষা ৬
মুনফা (মরু লৌথোকলবা)—	—মাষা ১০
হোপ—	—মাষা ৬
গোলমরিচ—	—মাষা ১
বদাম মরুগী মতোং—	—মাষা ১০

ময়াম অসি তকখাইরগা তোলা ২ অয়ুক অমুক নুমিদাংব্রাইরম অমুক পীজরগা ঈ শারে (Hysteria) ফগনি। (নারি রোগাঙ্ক ধন্বন্তরি) নুপীগী ঈ ফগনি।

২২। ঈশিং য়াফমগীদমক্তা —

(ক) উচিশুম্বল মরাগী মহী গ্রেন ১৮০ দা খোইহীগা থকলবদি ঈশিং য়াফমগী অনাবা ফহল্লি। হীদাক অসি লোক্তসু কান্নে। (চরক)

(খ) উচিশুম্বল মরাগী মকুপ সের ২
হৈগ্রু মকুক সের ১
থোইদিং সের ১

নিংথিনা কুপহল্লগা লিকলিগী পাত্র অমদা হাপতুনা থমউ। মাত্রা (চাং) তোলা ১½ খক চিনি তোলা ৩গা শঙ্গোম খরগা য়ান্নদুনা অয়ুক্তা থকউ চহি অমা থকলবদি য়াম্না ফরবা পাঙ্গল হাপ্পা, ঈশিং মরী ফবা, লাইনা পুম্নমক কোকপা "রসায়ন" অমা ওইগনি। (Miracle of Indian Herbs by Kj Dr. J.S. Varma page 256)

২৩। রক্ত চাপ (Blood pressure) কোক্তা ঈ হায়গৎপগী হীদাক -

(ক) মাইবা চনম - তোলা ১২ নিংথিনা শুগাইরগা শঙ্গোম সের ১½ দা নিংথিনা ভৌশলবনা পেরাগুম্না (খোৱা) ওল্লবা মতমদা তোলা ২।২ গী পেরা শাও। মদু অয়ুক্তা অমসুং তুমলমদাইদা অমমম চাও অমসুং শঙ্গোম খর থকউ।

Contributed by :- K. Pratap Singh D.Sc. (A) Baidya Ratana, Ex. Director of Ayurveda Rajasthan.

২৪। ভুগতি মনা (মহাতিক্ত কালমেঘ) কান্নরব হীদাকনি মখাগী মচলশিং অসিনা গুলি শেম্মু।

ভুগতি মনাগী মহী	তোলা ১
দারুচনি (মালচিনি)	তোলা ১
এলাচি	তোলা ১
লবঙ্গা (লোং)	তোলা ১
গোলমরিচ (কাল মরিচ)	তোলা ১
	তোলা ৫

নিংথিনা তকখাইরগা গুলি ২৪ থোক্লা শারো। নুংশাদা নিংথিজনা ফৌদোকলো। অরুম, লাইহৌ, ফীরাক নাবা, চাবা তুমদবা ফহল্লি। অঙাংগী পুক নাবদা ফরবা হীদাকনি।

২৫। পাখংবা লৈতোল (Euphobia Hirata সংস্কৃত—ক্ষীরণী) ফরবা হীদাকনি। মনিপুরদা নিংথিনা হৌই। মনা অমসুং মরী নিংথিনা উরুমদা কংহল্লগা মকুপ লৌরো। সিতামিশ্রি তংখাই অমা য়ানশল্লো। চামচ ১—২ ফাওবা চাও অমসুং শঙ্গোম পৌব্রা অমা থকউ ধাতুগী লাইনা, সিফিলিসকী নুংশিৎ গণরিয়াগী নুংশিৎ ফহল্লি। নুপী খোম থোকহল্লি। নুপাগী ফম্বী ফহল্লি। হারা কংখু ফহল্লি। মসিবু ইংলিশতা "Australian Asthma Weed" কৌই। মরমদি—খোইহি শিজিন্নরগা হারা কংখুনা য়াং কংশনবা লোক কংখু খুবা ফহল্লি।

(Practice of Nature Cure by Swami Sivananda)

শিদহীদাক্কী জীবন চক্র

বেদ শাস্ত্রদা শিংথানরমলিবা শিদহীদাকশিং অসিগী হৌফম অসি ঈশিং নুংশিৎকী মতুংইন্না (হাওৱা পাণী, Climate কী মতুং ইন্না) শরুক অহুম থোকনা খাইদোকলম্মী। মদুদি- অনুপা, জঙ্গল অমসুং সাধাণ নত্রগা মিশ্র।

অনুপমা দেশ - তুরেল, পাৎ অমসুং চিং, জঙ্গল য়াম্না লৈবা নুংশিৎ তপনা অমসুং ইংনা শিৎপা- অয়াম্বা মতমদা লৈনিন কাদুনা লৈবা, চোৎ চোৎ লাওনা লৈবা লম অদুবু অনুপা দেশ কৌই।

অদুগুম্বা মফমদা ফৌ, চু, লফু মরাং কাইনা হৌগল্লি। হায়রিবা মফম অসিদা কাংগু, ৱাইনু, ঙানু, থেবা, ওক, ঈরোই অমসুং অতৈ লমশা য়াম্না লৈগল্লি। মফম অদুগী মীতাদি কফ (লোকনচিংবা) লাইনা নাগল্লি।

জঙ্গল—লমগং ওইনা তৌবা, নোং কয়া তাগন্দবা তিংখং পানবা পাম্বী য়াম্না হৌগনবা, মোংশোং য়াম্না লৈগনবা, কুহাগী ঈশিংনা নমনা শিজন্ননবা ঈশিং তাংবা, মফম অদুদা হৌরিবা উহৈ অয়াম্বা থুমগনবা, অমসুং গাধা, শওম শজি অরাংবা, শা য়াম্না লৈগল্লি নুংশিৎ য়াম্না শাবা শিৎকল্লি। নুংশিৎ শেংদে চিংমাল কয়া লৈগন্দে। নাপী হৌগন্দে। মরু মরাং হৌই। মফম অদুদা লৈবা মীতাদি ময়াং কংগল্লি। মফম অদুদা বাত অমসুং পিত্তনা নাগল্লি। ক্যামলৈ, অক্কোৎ, নাপু মানব উ নচিংবা পাম্বী হৌগল্লি।

মিশ্র নত্রগা সাধারন দেশ- মথক্তা হায়খ্রিবা অনুপা অমসুং জঙ্গল অসিমক ইয়ান মান্ননা লৈগল্লি। য়াম্না ইংবসু নত্তবা অদুগ পংশা শাবসু নত্তে। ধাতু তরুক মক্কী-ফীবম নীংথিনা হোংই। লৈখোম থোক্কন্দে অমসুং শ্লীপদ (শামুখোং মানবা লাইনা অদু নাগন্দে বয়ু, পিত্ত, কফ, অহুম্মক চাং চপ চানা (সমদোষ) ওইনা লৈগল্লি। সাধারন দেশ অসিনা হকচাং ফগৎনবা লম ওইগল্লি।

মথক্তা হায়খিবা লম অহুম অসিগী মনুংদা মণিপুর অসি অনুপা দেশকী মনুং চল্লি। হিমালয় চিংজাওদা বনৌষথি কয়ামুক মহৌশানা হৌদুনা লৈবগুম মণিপুরদসু শিদহীদাক কয়ামরু হৌদুনা লৈরম্মী। মদুগী মথক্তা মহযি চরকনা হায়রম্মী- মীওইবগা পাম্বীগা খ্বাইদগী হেন্না নক্নরবা মরিনি। লৈপাক, ঈশিং, মৈ, নুংশিৎ অমসুং অতিয়া পঞ্চভুত মঙানা পাম্বীসু মীসু শাবনি। মরম অদুনা মীওইবনা নারিবা অসিসু তত্ব মঙা অসিগী অথোই অহেল নাইবা নত্রগা ব্রাৎপদগী নাবনি। মরম অদুনা লম অমদা অমসুং হাওব্রা অমত্তা ওইবা মফমদা হৌরিবা শিদহীদাক না লম অদুগী পঞ্চভুতনা শারকপা মীগী অথোইবা হীদাক ওইগদবনি থব্রাই পানবা জীব খুদিংমক্কীসু মথব্রাই মঙা খক জীবনীশক্তি মঙা খক) লৈ। মদুদি- মহাও (রস) ময়াই (গুন) মতিক (বীর্য্য) মকুই (বিপাক) অমসুং মঙাল (প্রভাব) কৌই।

১। মহাও- মখল তরুকনি। মদুদি অথুম্বা, অশিনবা, অয়াকপা, অফকপা, অশাবা, অমসুং অখাবা।

(১) লৈপাক্কী শরুক্কা হেল্লগা- অথুম্বা হকচাং নোইহল্লি।

(২) লৈপাক্কা মৈগগী শরুক্কা হেল্লগা- অশিনবা

(৩) ঈশিংগা মৈগগী শরুক্কা হেল্লগা- অয়াকপা

(৪) নুংশিৎ অমসুং অকাশকী শরুক্কা হেল্লগা- অখাবা

(৫) নুংশিৎ অমসুং পৃথিবীগী শরুক্কা হেল্লগা- অফকপা

(৬) মৈ অমসুং নুংশিৎকী শরুক্কা হেল্লগা- অশাবা

রস পোকই। তৌইগুম্বসুং বৈজ্ঞানিকশিংগী মততদি অসুম হায়না লৌদে।

ঋতু তরুক থোক্না খাইবগী মতুং ইন্ন- রস তরুক অসিসু হীদাক অমসুং চিঙাক্তা- মহাওশিং অসি হেনগৎলি। মদুদি-

হেমন্ত- অথূম্বা হেনগৎলি।

বর্ষা (নোংজুথা) - অশিনবা হেনগৎলি।

শরদ (মেরাথা) - য়াকপা হেনগৎলি।

শিশির - অখাবা হেনগৎলি।

গ্রীষ্ম (কালেন থা) - অশাবা রস হেনগৎলি।

বসন্ত - অফকপা রস হেনগৎলি।

কান্নবা—লৈপাক্কী শব্দকনা হেনবা অথুম্বা রস মখৈনা হকচাং নোস পেলহল্লি। মৈগী শরূকনা হেনবা মখৈনা হকচাং শাগৎহল্লি অমসুং চাব তুমহল্লি। ঈশিংগী শরূকনা হেনবা শরূকনা ঈশিং পৌহল্লি অমসুং ঈ ফগৎহল্লি। অয়াকপনা লোকনচিংবা অমসুং অশিনবা কাবনচিংবা পুম্নমক ফহল্লি। অখাবনা- লাইহৌ অরুম, লোক, তীলনচিংবা ফহল্লি। অফকপনা খোং হাম্বা নুংঙাই।

কান্নদবা—মাংগদবা অথুম্বনা হকচাং নিংথম চনবা, লোক হেনবা, ওনিংবা, তীলহৌবা, ঘী থুংবদা, ঈশিং খাও চাওথোকপা মিৎসাবচিংবদা কান্নদে। অনাবা হেনগৎহল্লি। অথুম্বনা অশিনবা কাবা, ঈশিং পুকচৎ থিবোং থিবিন শোকপা মীদা চাবা পক্লদে।

অশিনবা—অশিনবা কাগনবা, লাইহৌ, কুষ্ঠ, লাইথুং অঙৌবা অমসুং বীর্য্য রাৎপা মীদা চাবা পক্লদে।

অয়াকপা—শরু শোনবা, পোক হৌগনবা, য়া ফত্তবা অমসুং ঈ হাথগনবা মীদা পীজবা পক্লদে।

অখাবা—হকচাং কংশিল্লি, পাঙ্গল শোলহল্লি অমসুং ওনিং ওনিং তৌহল্লি।

অফকপা—পুক থিনবা, চাবা তুমদবা অমসুং লোক থুংবদা পীজরগা অনাবা হেনগৎলি।

অশাবা—ঈ ওবা, ব্রাছবা, হকচাং চিকখোৎপা অমসুং অপোম অতংদা পত্রদে।

(অকুপ্পা মরোলদি চীঞ্জাক অনিশুবা শরুক্তা য়েংবিয়ু)

ময়াই (বীর্য্য)—হীদাক্কী মশাদা থুপতুনা লৈরিবা শক্তি অদুগী মমিংবু ময়াই নত্রগা বীর্য্য কৌই। ময়াইনা হকচাংদা মৈশা নত্রগা অয়িংবা হেনগৎহল্লি। উষ্ণ বীর্য্য অমসুং শীত বীর্য্য হায়না অনি থোকই।

মতিক (গুণ)—হীদাক খুদিংমক শাবা, ইংবা, মেংবা (স্নিগ্ধ) কংবা (রুক্ষ) লেংবা (বিষাদ) নানবা (পিচ্ছিল) থোৎপা (মৃদু) অমসুং থৌবা (তীক্ষ্ণ) হায়দুনা মতিক ৮ নিপাল খক লৈ।

মকুই (বিপাক)—হীদাক খুদিংমক চারবগী তুংদা চাবা তুমনবা মৈনা চাকখেকপ্রগ হান্নগী মহাও (রস) অদু মশক হোংই। মদুবু বিপাক কৌই। হোংলিবা বিপাক অদু মখল অহুম শুই। মদুদি- মধুর বিপক (অথুম্বা) অমলা বিপাক (অশিনবা অমসুং কটু বিপাক (অখাবা)। মথংশিংনা মধুর বিপাকনা লোক হেনগৎলি। অম্ল বিপাকনা পিত্ত হেনগৎলি অদুগা কটু বিপাকনা বাত হেনগৎলি।

য়েংগদবা—মহাওগা বিপাকক্কা খেন্নবদি লৈনা খংলিবা অদুবু রস (মহাও) কৌই। অদুগা বিপ কনা চাপ্রিব অচাপোৎ অদুনা হকচাংদা ওল্লকপবু খংনগনি।

মঙাল (প্রভাব)—হীদাক খুদিংমকতা মীওইবগী ইন্দ্রিয়না খংবা ঙমদবা অমসুং ৱাখলনা লাম্বা ফংদবা থোইদোক হেন্দোকপা শক্তি অমমম লৈ। মদুবু প্রভাব কৌই। খুদম ওইনা করিগুম্বা হীদাক অমা কোক্তা নাদা অমদি খোইদৌদা থমলগা অনাবা কোকই। শোর হোন্দনা হেকউ। তিখি অদুদ নুমিৎ অদুদা পুংজা অদুদা হেকউ অমসুং নোংমাইজিংদ নোংমাংখা চাহেদে। অঙাং লোক থুংলবদি মোন মখাদা নোংমাংখা মনা থমউ। লাই থোকলবদি তাইরেল মনা অমদি নিম মন য়ুমদা অমসুং থোংগালদা থেৎলগা ফৈ। অসিনচিংবা

মৈতে মাইব্গী কাংলোন অমসুং পুয়াদসু শিদহীদাকী মরমদা পথাপ নাইবা, ৱাখল চংবা অমসুং য়ামনা চংখোলনা নৈননিংঙাই ওইবা হীরম কয়ামকু লৈরম্মী পুখিবা পুয়াদা য়াওরি। করৌহনবা নুমিৎনা থোরকপদা নিংথৌ পুথিবগী মজা ইবেম্মা সৌবোল য়াইরেম চনু অমসুং মনাও ইবেম্ম স্ন খোংনাং লৈমা অনিনা মপাগী মশাইগোম্দা লৌরি পান্দোং য়াল্লিঙৈদা- অনিগী মশক উবদা মীগী মশক লৌদুনা কুমথরকলগা- পাংথোং চন্নশি অপোবনা মিনাই ওইনসি হায়না শিংনখি। লাইরেম্বী অনিনা অঙানবা নহাকনা হান্না চল্লো হায়রকপদা নুমিৎনা হায়রকখি।

নুমিৎ- নশানা তৌরি তৌরিবা থবক মখৈ খংবরা?

লাইরেম্বী—করিগী খংদনি।

নুমিৎ—অদু ওইরবদি নখোইনা অয়ুক য়েন্দামাংদগী য়োৎ পাইদুনা লৌরি পান্দোং য়ানবগী য়োংলৈ কয়া শুরবগে?

লাইরেম্বী—অনিনা হয়েং খুমগে হায়রমলগা মপাদা হংবদা মপানা নুমিৎপু শাওদুনা মচাশিংদা তাকপিখি। হয়েং করৌহনবা লাকপদা হায়য়ু।

ঐখোয়না য়ানবা য়োৎলৈগী মশীংদি করৌহনবা নহাক্লা শগোল তোংদুনা খোংশালকপা মতম অদুদগী শগোল খুরুপ থৌরকতুনা মালেম লৈমা য়ৌরকপদা থাংখ্রিবা খোংথা মশীং অদুগা চপ মান্নবনি। মরম অদুনা নহাকনা মশীং খংলমগনি নহাক মশীং হায়রো। মপানা তাকপী তম্বীবা ব্রাফম অসিমক করৌহনবা লাকপদা লাইরেম্বী অনিনা হায়রুরে। মীনম্বা লৈতবা অমসুং মখৈ ফংলগা হরাওবা নুমিৎকুম্বা লাইনা পাউখুম পীবা ঙমদ্রবদা নুজা ওইবীগী লৌশিংনা অসি য়ৌনা খংলম হৈরমলোই কনানা তাকলকপনো হায়দুনা কোইয়েং য়েংলকপদা—পুথিনা য়েনখ্রুংনা কুপতুনা ইংখোল লৌচিদা লোত্তুনা লৈবা উরদুনা হাৎকে তান্নখি। পুথিবনা শিবা তারে হায়না ব্রাইখু ওন্দুনা তুরেল তান্না চেনথখিবদা করৌহনবগী শগোলনা তান্নরকতুনা নেৎপদা- ব্রাইখুগী মনমগন্দা শগোল খোংগুল তাখি ঈমু পামফেলনখি। ঈশিংদা পাঙ্গল লৈতবা শগোলনা কংফালদা কাখৎখি। লাইরেম্বী অনিনা পম্বৌ শোকপা উবদা মীনাইশা শাওবা য়াবরা? পম্বৌগী অনা লাইকন্নৌ নত্রবদি মীনাই থাদোকলোই হায়না য়াথং পীরকখি। নোংদম্বা মপুগী য়াথংবু ইনগদরা নত্রগা লাইরেম্বী অনিগী য়াথংবু ইনগদ্রা নুমিৎনা নুংশুক নুংজানদুনা মশাগী শাইওল তরেৎপু নীংশিংখি। মতম অদুদা নুমিৎ চয়োল তরেৎ চোংথোকখি। মথংশিংনা শিদহীদাক মখল তরেৎখক পুথোকখি।

নোংমাইজিংনা—	নোমাংখা
নিংথৌকাবানা—	নিংথৌখোংলি
লৈপাকপোকপনা—	লৈপাকলৈ
যুমশকৈশনা—	য়েরুম কৈরুম
শগোলশেলনা—	শগোল হিদাক
ইরাইনা—	লাইহীদাক
থাংজনা—	থাং হীদাক

ইমু পামফেলনদুনা লাইকন্নরিবা পুথিববু মাইবরেল তরেৎনা পুথোরকপা শিদহীদাক তরেৎনা লাইয়েংদুনা তিনকোক লাইকোকখি।

মথক্তা হায়খ্রিবা হীদাক তরেৎ অসিনা হীদাক পুম্নমক্কী পুকোক তরেৎ ওইদুনা হীদাক্কী কাংলুপ তরেৎ থোকতুনা শল্লাই তরেৎকী লাইনা মখল তরেৎপু লাইয়েংখি।

অশাবগী মপু নুমিৎনি। স্না অহিংবা মচুনি। স্নানা মথক্কী শকনি। অশাবনা তীং হাপ্পী। অয়িংবগী মপু থানি। লুপানা মহাক্কী মশকনি। অয়িংবনা অমেংবা অনৌবা অহাওবা ওলহল্লি। মৈশাবু চং কৌই। অয়িংববু শি কৌই। অশাবনা চাং চপ চারবদি ফনদোকই, তিংথোকই, চাওথোকই। অয়িংবনা চিংশল্লি, থুপচিল্লি। ফনদোকপা চিংশনবা অনিমক্তা পাঙ্গল (গতি) ওইরিবা অদুবু নুংশিৎ নিংথৌ কৌই। অনিগী ফম্বীনি। পাঙ্গলবা কৌই। মথক্তা হায়খ্রিবা ব্রাফম অসিগা শিব পুরান্দা হায়রিবা ব্রাপমগা চপ মান্নবা মতাং য়াওরি। থিজনবিয়ু। অনাবা কোক্লবা ঔষধ অমসুং মন্ত্রগী গুরুদি- বৈদ্যনাথ কৌবা গুরু শিবনে। সৃষ্টীগী অহানবদা তাইবংপানবা পুম্নমক্কী অব্রা অনা কোক্লবা সপ্তবার পুথোকখি। অসিনচীংবা।

শম্নাইগীলাইয়েং
(SUN CURE)

'অরংবশিংগী মনুংদা ঙাল্লিবা নুমিৎ ঐহাক্নি'। শ্রীকৃষ্ণগী (গীতা)।

নুমিৎ কৌবা লাইগী তুংফম (অধিস্থাত্রী দেবতা) ওইরিবা সূর্যা নরানবু হন্না হন্না খুরুমজরি। পুন্সি পাঙ্গল অমসুং তীংগী হৌরকফম ওইবিদুনা তাইবং পানবা পুন্নমক্তা মহাক্কী মশেক্না ঙানবিরিবা অমসুং পুন্নমকপু নুংঙাইহনবিরিবা লাই পুন্নমক্কী নিংথৌ লাইনিংথৌ ইবুংঙো মহাক্না মতম পুন্নমক্তা য়াইফরি। মীতৈ ইপা ইপুনা নিংশিংবা থোকত্রবা মতমদগী হৌদুনা কোরৌহনবা নুমিৎপু ঈরাৎ পুজা তৌনরকই। মীতৈয়ুম খুদিংমক থাইনা মমাংঙৈদা নোংপোক ওন্না শানরম্মী। য়াহৌরকপদা অতিংঙা থক্তা থোকলিবা ইবুংঙো মহাকপু খুরুম্নরম্মী মঙাং (বহ্মা) লুৱাং (বিষ্ণু) খুমন (মহেশ্বর) গী মশক্নি। মরমদি অয়ুক অঙনবদা থোরকপা স্না অহিংবগী মচুমানবা অচৎ চত্ত তাইবংপান পুন্নমক্তা পাঙ্গল হাপ্লীদুনা শেমগৎ শাগৎপগী থবক পুবিরিবা শক্তিমান অদুবু মঙাং গুরু (ব্রহ্মাগী) গী মশক্নি। ৱাংখৎখিদুনা লুতোন কারবা মতমদা তাইবংবান পুন্নমকপু য়েংবিদুনা মফম খুদিংমক্তা শন্দোক্না শিন—থুংনা মঙোন্দা চিংশিল্লগা অৱাৎপনা হাপচনবা অহেনবনা লৌথোকপা চুম'থোকপা অচুম্বনা য়োকখৎপা মালেম লৈপাক্তা পুন্নমক্কী তীংবু হাপ্লীবা লুৱাং গুরু (বিষ্ণু) তেংবানবা মপুনা তাইবং পুম্ববু য়োকখৎলিবা নুমিৎনা লুতোন ফংবা ৱাংখৎনা থোকপা মতমদা মথক্তা হাইরিবা লুৱাং গুরুগী মশক্নি। নুমিৎনা হাইথরক্কুনা মালেম লৈকোই পুংদগী নোংচুপ পাংনা তাখিবা মতমদা (খমনুং চাংশ্রবা মতমদা) 'খুমন গুরু' কৌই। মতম অসিদা পৃথি লৈমায়দগী মঙাল পুন্নমক চিংশিনখি।

তীনকোক লাইকোক্লনব হকচাংদা পাঙ্গল, তীং হাপ্লীবা মরমদা মমা মপানা অঙাং লৌবা "তীং তীং চাওরো, নুমিৎনা কারিঙৈদা কাহৌরো" হায়বা পাওরৌগা লোইননা মচাবু চোংহল্লি। নমু তাইবং মীগী মমিৎনি হায়বা খংনবা "নুমিৎ" কৌই। বেদনা লোকচক্ষু কৌই। ঙাল্লকপদা তাইবংগী পুক্লিং হকচাং তেকখংহল্লি হায়দুনা (ঙানতুরেং') কৌই। পৃথি লৈমায়দা লৈবা মহী মখে মহাক্কী মশেক্লা য়ৈদুনা মনিল ওইনা নোংথক্তা পুখৎলগা অমুক পৃথি লৈমায়দা নোংগী মশক ওইনা থাদরকই। মদু খংনব লাইখুদেং মাইপাকপী (মহী)- (নোং) য়াদুনা থম্বা কোইরপ কোইবা (মালেম লৈমা) লাইজ থন্না হাপচল্লো"। গীতাদসু ভগবান্না "তপাম্যহমং বর্ষ মিগৃহ্নামুৎ সৃজামিচ" ঐনা মৈশাসু পী অমসুং নোং খামদুনসু থম্মী অমসুং নোংসু চুহল্লি। অসিগুম্বা তাইবং পানগী মহী (রস) কী হৌরকফম ওইবসি কোরৌহনবা। মহাকনা থোরকপা মায়গৈ অহানবা অসিবু নোংপোকলকই হায়বদগী নোংপোক কৌই। মহাক্লা তাখিবা মায়গৈবু—নোংচুপ= নোং=নুমিৎচুপ=তাখিবা মায়গৈবু নোংচুপ কৌই। তাইবংপান অসিগী মমা ওইরীবি মালেম লৈমদা মপা ওইবা নুমিৎকী বীর্য্যু—রসু—নোংনা তারগা মখল মখা অয়াম্বা চিঙ্গাক অমসুং হীদাক লাংথক্তা চংদুনা তাইবাপানবদা লৈবিবা থব্লাই পানবশিংগী শিদহীদাক ওইনা লৈ। বস নত্রগা বীর্য্যু—নোং অসি হৌরকফমনি হায়বা খংনবা কোরৌহনববু "মহীরেন" কৌই। হিন্দুগী পৌরানিক্কী ব্রাঁরদা সুর্য্যদেবনা উদয় গিরীদগী সপ্তনাহন (শগোল তরেৎনচিংবা অরুননা সারথী ওইবা দোলাই তোংদুনা। থারকই হায়না রূক ইরে)। হুজিক্কী বৈজ্ঞানিকশিংনা নুমিৎকী মচু তরেৎ (seven colours) খক লৈ। মচুশিং অদুগী মনুংদা আলট্রভাসলেট কৌবা মংগ্রামচু মানবা মঙাল অদুনা মীওইবগী হকচাংদা অমসুং পাম্বিশিংদা য়ৈরগা ভিটামিন ডি কৌবা হায়বসি লেপলে। মচু তরেৎ (seven lights) অদুবু শগোল

তরেৎকা প্রমাণ তৌবদি মঙাল (Light) কুম্মা য়াংবা অমসুং থুবসি লৈতে য়াংবগী শক্তি অসি হুজিকসু হৱাগাড়ী ইঞ্জিনশিংবুসু - 7 Horse power - 5 Horse power হায়দুন Horse না Unit ওইরি। ওইসনু। "অরূন" হায়বসি অয়ুক অঙনবদা থোকপা নুমিৎ মশক উদ্রিঙৈদা ঙাঙ্গ্রাবা মচুগী মশক ওইবা মঙাল অদুবু খংনৈ। মহাক্না স্বর্য্যদেবগী সারথীনি। মাংদা মঙালবু শেন্নবা সারথিনি (ড্রাসভর) হায়না রূপক তৌই। তৌশনু। অয়ুক অঙনবদা থোকপা সেংলবা নুংশানা হকচাংদা য়েরগা হকচাং ফগৎলি হায়বসি মীতৈ ইপা ইপুসু খংনরম্মী। মরম অদুনা য়াহৌরকপদা নুমিৎপু হন্না খুরুমনরম্মী। হিন্দু আর্য্য ঋষিসু সুর্য্যনমস্কার কৌবা শাজেন মখল অমা শান্নরম্মী। মীতৈ ইপা ইপুসু চিংখৈলোন" কৌবা শাজেন অমা শান্নদুনা পুনশি তোলোইনরম্মী। হকচাংসু তিনজেল লাইচেন্দবা ওইরম্মী। হুজিক্কী বৈজ্ঞানিকশিংনা seven colours (মচু তরেৎ) হায়বা হিন্দুশিংনা শগোল তরেৎ কৌবা নুমিৎকী মশেক তরেৎ অসি চুমথাং খনবা মতমদা নত্রগা থবী যুম শাবা মতমদা উবা ফংগনি। মচু ৭ অদুবু ইপা ইপুনা শল্লাই ৭ থোল্লি। অসিগুম্বা শলাই ৭ অসিগী মমিংদি মখাদা ইরিবা মাদুদি ঃ-

আঙোম অঙৌপাদব কমলা মচু—	(Orange)
নিংথৌজ—অঙাংবা ঈ মচু-	(Red)
লুৱাং—হীগোক—	(Indigo)
খুমন—মাংগ্রামচু—	(Violet)
মোইরাং নাপু—	(Yellow)
খাবা—অশংবা—	(Green)
ঙানবা—নীম মানবা—	(Blue)

হকচাংগী তীং (Vital power) হেনগৎকদবা মচাক অমা হাপ্পী মচু তরেৎকী ফী শংলগা ফীরান কৎলি। মচু তরেৎকী নত্রগা শল্লাই তরেৎকী মতুংইন্না লাইনাশিংসু তরেৎ থোকনা খাইদোকলগা মাইবা মাইবীনা লাইয়েং পথাপ শেমলম্মী। চয়োল তরেৎকী মতুংইন্না শল্লাই তরেৎ ওইহল্লগা তত্তব তরেৎকী মতুং ইন্না ৱাখল তৌদুনা নুংশাগী মঙালদা য়াম্না কুপনা য়াওখ্রবা তাইবংপানগী মপু নুমিৎ কৌবা লাইদগী থোরকপা তীং হাপ্পী শিদহীদাক হকচাংদা চংনবা হোৎনরম্মী। হুজিক্কী খং হৈরবা শরীর তত্ত্ব খংলবা পণ্ডিতশিংনা (helio theraphyor chromopatny) মচুগী লাইয়েং কৌদুনা লাইয়েংবা ইউরোপ আমেরিকাদা হৌনরকলে। মসি ভারতবর্ষ্যদা অর্য্য ঋষিশিংনা হান্না খংলম্মী। মদুগী খুদমদি অনাবা ফরকলগা "আরোম্য স্নান" তিনকোক লাইকোকপা, তিল্লি লাইরি থৎপা নুমিত্তা ইরু মাইথজবা লোইরগা সুর্য্য পুজা তৌদুনা পুনশি নিনৈ। অদুগী মীতৈগী অহল লম্মন্না স্নামহী লাইনিংথৌ নুমিৎপু পুজা তৌরগা নুমিৎ কৌবা লাইবু ইরাৎ পুজা তৌনরমই। গায়ত্রী উপাসনা তৌবা অসি মকসু "সবিতু" হায়বসি সুর্য্যদেব নুমিৎ কৌবা লাইবুনি। প্রাকৃতিক চিকিংসা (Nature cure) দা sun bath (নুংশাগী লাইয়েংগা) মনুং চনফম থোকই। ইহে হৈতবা মীন তৌথরবসু শোইরগা থৱাই মাংবা হকচাং নাব হেনগৎকদবা লৈতব মরমনা শিদহীদাকনি হায়বদা থোইদোক্লা লানফম থোক্তে।

নুংশা মঙান্না কান্নবা- নুংশাদি মশা ফবা অমসুং অনাবা অনিমক্তা কান্নে। হকচাংদা লাইনা চংবা ঙাকথোকই। অমসুং তীং য়োকখৎতুনা হকচাং ফগৎহল্লি। নোংমা নিনিদং নুংশা থোক্তবদা মী পুম্নমক চাব তুমদদুনা পুক্লিং নুংঙাইতে।

নুংশানা উনশাদা য়ৈরগা হকচাং পুমনমক শাগৎলগা উনশাগী মখাদা লৈবা (মহাও চবির্ব নত্রগা fat) শৌদোকলগা ভিটামিন ডি নুমিৎকী মৈশাদগী হকচাংদা লৌশলহৌই। মদুন শরু - শয়াং ফহল্লি, হকচাং নোইখৎলি। উনশাগী লাইনা অয়াম্বা অমসুং অপোম অতং অমদি লাইজৌবনচিংবা লাইনা পুমনমক নুংশা য়াসরগা য়াম্না কংশল্লি। যক্ষ্মার থুংবা শরূ শয়াং শোকপা হকচাং চিক খোৎপদা নুংশাদা নিংথিনা য়াইরগা কোকহনবা ঙম্মী।

মরূ ওইনা মিৎকী লাইনা অয়াম্বা অয়ুক্কী নত্রগা নুংদাংৱাইরমগী শেংলবা নুংশাদা মিৎ উইশল্লগা লা অমা মাইদা খল্লগা নুংশা মঙান অদু মিত্তা য়ৈহন্দুনা মিৎকী লাইনা কয়া কোকপা ঙম্মী। য়েংবদি সেকেণ্ড খরদং হৌরগা মিনিট ৫—১০ ফাওবা য়েংগদবনি। লোইরগা ঈশিং অয়িংবনা মিৎ চামথোক্কদবনি। অচাপোৎ—কমল, কিসমিস, শঙ্গোম, চিনি, ঈশিং—নুংশাদা নিংথিনা ফৌদুনা চারগা হকচাংগী মখল মখা অয়াম্বা লাইনা কোকই।

মচুগী লাঈয়েং
(CHROMOPATHY)

হৃজিক্কী মতমদা ইউরোপ অমসুং আমেরিকাদা হীদাকক্ত হান্না য়াম্না থাজনরম্বদু তোক্লরক্লে। জর্ম্মনগুম্বা দেশতদি নোংমা নোংমগী হীদাক থাদোক্ল রকতুনা প্রাকতিক চিকিৎস্যা (Nature cure) দা চংশনরক্লে করি অমুক হাইগনি মী ১০০গী মনুংদা মী ১৬তি পাকৃতিক চিকিৎস্যাদা ওন্থরক্লে। আয়ুবের্বদ এলোপেথিক, হোমিওগী হীদাক শিজন্নিংদ্রবা মীশিংনা নুমিৎকী মঙান্দগী লৌবা হীদাক মখল কয়ামুকনা লুর লুরবা অনাবা শেল চংদনা লায়েংনরক্লে লাইয়েং অসিগী মমিং “হংসোদক চিকিৎস্যা” নত্রগা (colour cure) অমসুং “chromopathy” কৌই।

লাইয়েং অসি য়েংগদবা মীদি- মহু চেনবা হীদাক চাবা য়াদে। হকচাং- অসি cell (কোষ) শিংনা শাবনি।

মখলমখা অয়াম্বা মচাকনা কোষ ওইখ্রিবনি। অৱাৎপা নত্রগা অহেনবা মচাকশিং অদুনা শিদুনা মীগী হকচাং অসি নারকই। চাং চপ চানরগা হকচাংগী লাঙ্গৈনা কোকহল্লি। অহেনবা লৌথোকপা কোষশিং অদুদা ১সু অৱাৎপা হাপচনবা ঙম্বদি মচুগী মনুংদা নুংশাগী মঙালনা চিংলগা থবক তৌবা ঙম্মী।

হকচাং নাবসি-অশাবা হেনবা অমা নত্রগা ইংশল্লকপা অমা নত্রগা কংশল্লকপা অমা ফীবম অহুমসিগী মতুংইন্না ওইরকই। আয়ুর্বেদ শাস্ত্রদা বায়ু, পিত্ত, কফ হায়বসি কোষশিংদা শাহনবা, ইংহনবা অমসুং কংহনবা থৌওংবু খংনৈ। মীতৈ মাইবগী কাংলোন্দসু মৈ, ঈশিং অমসুং নুংশিৎ অহুমগী বিচার তৌরিবা অসিসু বিজ্ঞান অমত্তগী মচাকনি। অচুম্বা অমত্তনি। নিয়ম তোঙাল তোঙাল্লবসু লোন মান্নদ্রবসু পনথুংফম অমত্তনি মচু ৭কী মতুংইন্না ফগদবা লাইয়েং মখাদা শুগাইনা ইজরি।

কমলা রং
(ORANGE)

মচু পুম্নমক্কী নিংথৌদি কমলা মচু (orange) নি। মহাবাণীনা অশংবী মচুনি। হিন্দুগী লম্বোইবনা গেরুৱা মচু শেৎলিবসি মবম অসিনা য়ুন্না আর্য্য ঋষিশিংনা খংলম্মী। কমলা মচু উরগা হকচাং মাঙহনবা ঙম্বা মহীক- মন্নাই (germ) য়াম্না লাইনা শি। হকচাংগী ঈ ফগৎলি অমসুং শাগৎহল্লি। শীংলি তেকখৎহল্লি। জগৎকী মপু শ্রীকৃষ্ণ "পীতাম্বর ধব" হায়বদু- কমলা রং মচুগী স্না ফিগে থোল্লি হায়বনি। মচু অসিনা মতম কুইনা ফাবা ঙমদ্রবা

হকচাং চিক খোংপ, হারা, কংখু, ঈশিং থোংদা নুং লৈবা, শারৈ লম্প্রাই- কলেরা অমসুং থাগী খোংকাপ য়ৈখৎখিবা ফহনবা গুন্মী।

অশংবা মচু

(GREEN)

মচু অশংবদি- শান্তিগী খুদমনি। সরস্বতী অমসুং শ্রীমতী রাধানচিংবা দেবীশিংগী ফীজেৎ অশংবা মচুনি। মরমদি- প্রকৃতি মহৌশানা লাইরেম্বীবু "শস্য শ্যামলং মাতরম" মহে মরোং ইশং শংবী মহৌশা লাইরেম্বীবু খংনৈ। মহৌশা লাইরেম্বীনা ইশং শংনা উ- বা, নাপী মহে মারাংশিং অসি অহানবদা মচু শংবানবনা নমই। অশংবা মচু ঈরগা শিংলি অসি ইংথহল্লি। পুক্রিং হকচাং নৌহল্লি। মিৎকী পোথাফম ওইহল্লি। মনা মশিং মশংবা, হৈরা অশংবা, চারগা কান্নবা ফংগনি।

অশংবা মচুনা কান্নবা- অশংবা মচুনা শিংলি ফগৎহল্লি। অনাবগী মৈচাক ইংথহল্লি। মিৎকী অনাবা কোকহল্লি। থোপ ফহল্লি। নুপীগী নাওফমদা নাবা লাইনা কোকহল্লি। অহিংদা কাছাচৎপা অমসুং যুম্বানলোনগী (sexual disease) অথুপ্পা লাইনা কয়া ফহল্লি।

গোনোরিয়া, সিফিলিস, থম্মোয়গী লাইনা, কোকচিকপা কেনসর, ইনফুয়েঞ্জা ফহল্লি।

নাপু (Yellow)

নাপু মচুদি- অনৌবা অসেংবা, রসকী তুংনফম ওইবা খুদমনি। লফোই, কীহোম, চম্প্রানচিংবা নাপু মচু মানবা অচা পোত্তা নুমিৎকী মঙান নাপু য়াম্না হেন্না চংই। মরম অদুনা নাপু কান্নবদু ফংগে হায়রবদি অচাপোৎশিং

অসি চাগনি। চাবা তুমদবা, খোংহান্বা য়েখৎপা, পুকথিনবা, নুংশিৎ কাবা ঈশিং পুকচৎ, নুংশং, লাইথুং থুংবা উনশাগী লাইনা অয়ান্বা নাপু মুনা ফহনবা ঙম্মী।

অঙাংবা (Red)

হকচাংগী ঈ থৌগৎপ, পাঙ্গল হাপ্পা, অনাবগী মহিক শিহনবা ঙম্বা মচুনি। অকন অথৌ হাৎপা, থিনবা, থবক, য়াংশনবদা অঙাংবা মচু শীজিন্নে। থারামাল অমসুং কেলোরিক রেজ (thermal and caloric Rays) কৌবা মচু অনিখক য়াওবনা শাওবনা ইংথবা, হকচাং চিংশনবা, লাইনা কয়ামুক্তা নিংথিনা ফহনবা ঙম্মী। তৌইগুম্বসুং হান্না শাদুন লৈরমলবা মফমদা অঙাংব মচু শিজন্নরবদি ফত্তে।

শিংলি কনখৎহল্লি। থাগী ঈ লেপখিবা লাকহল্লি। ফম্বী শোনবা কলহল্লি। হকচাংদা ঈ অঙাংবগী শরুক (Red cropuscles) শিং অসি অঙাংবা মচু ফংলগা মশীং য়ামথোরকই। হকচাং শিথবা অমসুং লাইথোকপা (small pox) তা অঙাংবা মচু শিজিন্নবা য়াম্না কান্নে। হে মকু ঙাংবা আপেল, পালংশাক, কফোই, মোরোক, বিটনচিংবা চিঞ্জাকশিং অসি চারগা অঙাংবা মচুগী শরুকশিং অসি ফংই।

মংগ্রামচু (Violet)

ময়াই কাহনবা মচু পুম্নমক্তগী অথোইবা মচু অমনি। হকচাংগী ঈ ফগৎনা, হকচাংদা তীং য়াম্না হাপচনবা ব্রাখল লৌশিং চাওখৎহনবা ঙম্বা মচুনি। ধ্যান তৌবা মতমদা মচু অসি নিংশিংবদি হকচাংদা অধ্যাত্মিক শক্তি য়াম্না হেনগলকই।

“যক্ষ্মার” গী অহানবা হৌগৎলকপা, শিংলিদা অনাবা ফাউবা খুৎশা চিংশিনব, অমসুং নিকপা মাই মিৎ চিংবা লাইনা কয়ামুক কোকহল্লি। মরু ওইনা য়াং মরীদা নাবা লাইনা কয়া কোকহনবা ঙম্মী।

নিম মানবা

(Blue)

শংবান্নবা- নীম মচু মানবা অশংবদি- নোংদোল অতিয়াগী মচুবুনি। অশংবা মচুদা কান্নরিবা শরুক অদুমখৈ নীমানবদা কান্নে। লাইহৌ তৌবা, উনশাগী লাইনা, অপাৎ অনোম য়া নাবা খোঞ্জেজ শিথবা, লোক খুল্লাই, শারৈ, ওবা, মিত্তা নাপু ফাবা, পুকথিনবা, পুক শাওগৎপদা নিম মানবা মচু য়াম্মা ফৈ।

হিগোক

(Indigo)

শাগৎপা অঙাংবগী মচুগা নিমানবগী অয়িংবা তিন্নরগা পোকপা মচুনি। লোক কংখু খুবা, হার, যশ্মা, চাবা তুমদবা মিৎ নাবা, নাকোং নাবা, নাতোন নাবা, নুপীগী ফীঙৌ চৎপা, হকচাংগী থাও চাওথোকপা- লাইনা কয়ামুক্তা হীগোক মচুনা লাইয়েংগনি।

মথক্তা তাকখিবা মচু তরেৎনা লাইনাশিংদা কান্নবগী ব্রা ইখ্রে অদুবু মচুশিং অসি করম তৌনা শিজন্নগদগে হায়বদু মখাদা তাকচরি। নোংগী নত্রগা তুরেনগী ঈশিং অদু ছানা তরেৎলক থুপতুনা চুমথোকপা কান্ন কান্নগদবা মচু মচুদুগী লিকলিদা হাপতুনা পুং ৪ হেন্না নুংশাদা ফৌরবনি। হীদাককুমন শিজন্নবা য়ারে। নোংমদা পৌব্রা অমনা ৩ লক পিথকপা

কান্নগনি। মদু নত্রগা চিনি অঙৌবা, মিশ্রি ওইরগ মচু অদুদা হাপতুনা চয়োল অনি নুংশাদা ফৌগনি। তৈনবা হীদাক শেম্বা তারবদি থাও অহিংবদু মচু অদুগী লিকলিদা হাপতুনা নুমিৎ ৪০ নি নুংশাদা ফৌগনি চিনি নত্রগা মিশ্রি অমসুং ঈশিংদি চাব য়াই অদুগা থাওদি মপান্দা তৈবদ শিজন্নগনি। থাওমৈগী চেম্নিদ নত্রগা ইলেকত্রিক্কী (Bulb) কী মচু অদু অহিংদা থান্দুনা মচু অদুগী মঙান্না হকচাংদা য়ৈহনবা কান্নে। শেৎন চাননরিবা ফরোন, অমসুং পদ্দারনচিংবা ফী অদু কান্ন কান্নগদবা মচু অসি শাদুনা শিজন্নবা য়াগনি।

লাইথোকপদা অঙাংবা ফীরোল, অমসুং ষশ্মারদ কমলারং অঙাও অফেদা অশংবা মচু শিজন্নরকপসি ভারতবর্ষগী বৈদ্যশিংসু অদুম শিজন্নরকই। মীতৈ মাইবশিংসু থৌ- লাং তৌবদা ফীরাম মচু শংদুনা য়েংহনবা অসি চৎনরকই।

ন্নলোইরবা